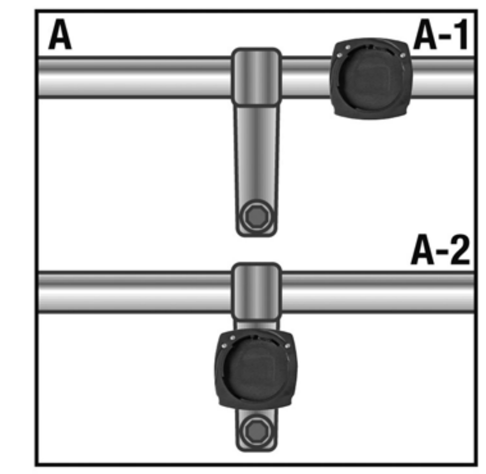
CICLOSPORT®
SPORTS INFORMATION SYSTEMS

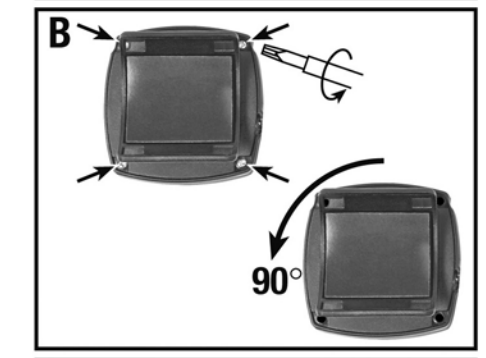
CICLOMASTER®

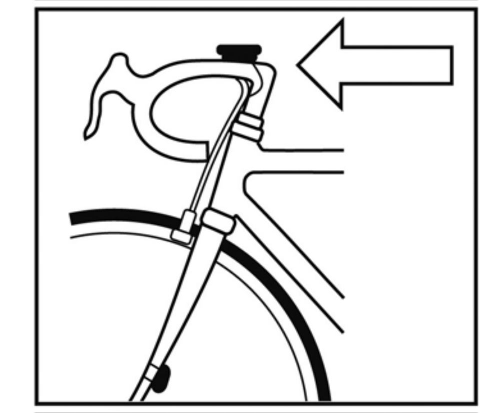
CM 4.4A

A

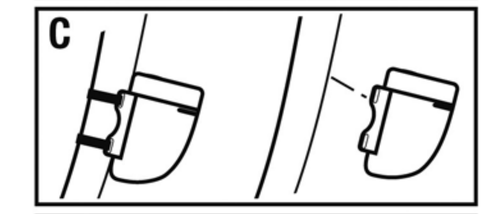


B

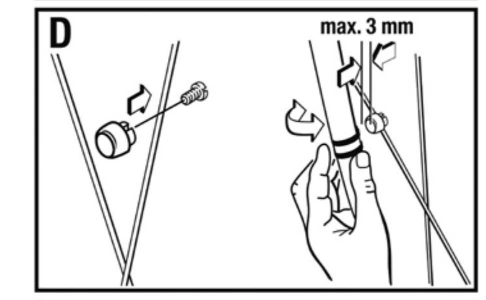




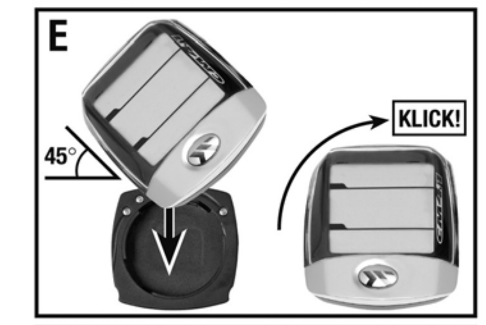
C



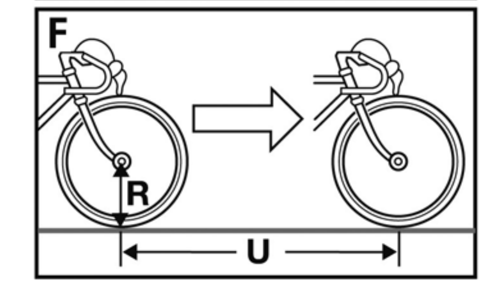
D



E



F



G

Reifengröße		Umfang
40-559	26 x 1,5	2026 mm
44-559	26 x 1,6	2051 mm
47-559	26 x 1,75	2070 mm
50-559	26 x 1,9	2026 mm
54-559	26 x 2,00	2089 mm
57-559	26 x 2,125	2114 mm
37-590	26 x 1 3/8	2133 mm
32-620	27 x 1 1/4	2199 mm
40-622	28 x 1,5	2224 mm
47-622	28 x 1,75	2268 mm
40-635	28 x 1 1/2	2265 mm
37-622	28 x 1 3/8	2205 mm
20-622	700 x 20C	2114 mm
23-622	700 x 23C	2133 mm
25-622	700 x 25C	2146 mm
28-622	700 x 28C	2149 mm
32-622	700 x 32C	2174 mm

D BEDIENUNGSANLEITUNG

Herzlichen Glückwunsch!

Mit dem **CICLO*MASTER* CM 4.4A** haben Sie einen drahtlosen Fahrradcomputer von höchster Präzision erworben. Er verfügt über modernste Elektronik und ist wetterfest.
Zusätzlich bietet der **CM 4.4A** optional die Möglichkeit, die Herzfrequenz und die Trittfrequenz zu messen. Das dazu nötige entsprechende Zubehör erhalten Sie im Fachhandel.
Außerdem verfügt der **CM 4.4A** über das TwoInOne-System: d.h. Sie können ihn mit 2 Fahrrädern benutzen und sich für jedes Rad getrennt oder in Summe die Werte anzeigen lassen.
Bitte lesen Sie diese Bedienungsanleitung genau durch.

Lieferumfang:
- CICLOMASTER CM 4.4A
- Batterie Typ CR 2032
- Batteriedeckel
- Lenkerhalter
- Sender
- Kabelbinder für die Befestigung
- Speichenmagnet

1. Montage

Der Lenkerhalter kann sowohl am Lenker als auch am Vorbau befestigt werden.
Bild A: Montage am Lenker (Position A-1) und am Vorbau (Position A-2) möglich
Bild B: Für Montage am Vorbau (Position B) Oberteil umschrauben. Schutzfolie auf der Unterseite des Lenkerhalters abziehen
Lenkerhalter auf gewünschte Stelle setzen, leicht andrücken und mit den Kabelbindern befestigen.
Bild C: Sender mit den Kabelbindern an der Gabel befestigen und überstehende Enden abschneiden (max. Abstand vom Lenkerhalter 60 cm; am besten ist eine rechtsseitige Montage, Lenkerhalter und Sender sollten auf der gleichen Seite sein)
Bild D: Magnet an einer Speiche gegenüber dem Sender befestigen
Sender und Magnet ausrichten (Abstand max. 3 mm)
Bild E: CM 4.4A um eine Vierteldrehung nach links gedreht in den Lenkerhalter setzen, zum Einrasten eine Vierteldrehung nach rechts machen (bitte darauf achten, dass er richtig einrastet). Zum Abnehmen des CM 4.4A wieder um eine Vierteldrehung nach links drehen und aus dem Lenkerhalter nehmen.

1.1 Montage der optionalen Trittfrequenz

Lenkerhalter wie in oben beschrieben montieren. Das Kabel wird zur Kurbel geführt (am besten auf der linken Seite). Der Sensor am Kabel wird gegenüber der Kurbel mit den Kabelbindern befestigt (Kabelbinder noch nicht festziehen). Den Trittfrequenzmagneten an der Kurbel befestigen (Abstand max. 3 mm). **Wichtig:** der Magnet muss an der Markierung des Sensors vorbeigehen. Trittfrequenzmessung am CM 4.4A einschalten (siehe Kap. 2.1), Kurbel drehen und überprüfen, ob das Signal am CM 4.4A ankommt. Dann die Kabelbinder festziehen.

1.2 Anlegen des optionalen Sendegurtes

Achtung: Grundsätzlich sollte jeder, der ein Fitnesstraining beginnt, sich einer Gesundheitsprüfung unterziehen, besonders jedoch Anfänger und Wiedereinsteiger über 35 Jahre und bei bekannten Vorerkrankungen oder körperlichen Beschwerden. Liegen insbesondere auch Risikofaktoren vor, wie zum Beispiel Rauchen, hoher Blutdruck, erhöhte Blutfettwerte, Diabetes, Bewegungsmangel und Übergewicht, sollte man unbedingt einen Arzt aufsuchen.
Träger von Herzschrittmachern sollten Geräte zur Herzfrequenzmessung nur nach Absprache mit ihrem Arzt verwenden!
Der Sendegurt wird in den elastischen Brustgurt eingehängt und um den Oberkörper gelegt. Der Sender (Kunststoffteil mit Aufschrift) sollte über der Mitte des Oberbauches am Unterrand des Brustbeins liegen und die Aufschrift auf dem Sender muss (von vorne gesehen) lesbar sein. Die links und rechts vom Sender in den Gurt eingearbeiteten Elektroden müssen Hautkontakt haben.
Den Gurt straff ziehen, so dass ein ständiger Kontakt während der Bewegung gewährleistet ist und er nicht abrutschen kann.
Sollte der CM 4.4A keine Herzfrequenz anzeigen, kann das an fehlendem Kontakt zwischen Haut und Elektroden liegen. Oft hilft es, wenn man die Elektroden und die darunter liegende Haut anfeuchtet. Den besten Kontakt erreicht man mit einem Elektroden-Gel (in Apotheken erhältlich).
Eine Herzfrequenzmessung ist nur möglich, wenn der Brustgurt mit dem Sender korrekt angelegt ist und der CM 4.4A innerhalb der Reichweite des Senders ist (max. 60 cm Abstand).

2. Inbetriebnahme

Einlegen der Batterie:
Batterie Typ CR2032 mit dem Pluspol nach oben einlegen. Batteriedeckel auflegen und mit Hilfe einer Münze schließen. Nach dem Einlegen der Batterie erscheint im Display der normale Betriebsmodus.
(Erscheint keine Anzeige im Display oder unsinnige Werte, AC-Knopf auf der Rückseite kurz drücken. Damit werden auch alle Einstellungen und Werte gelöscht.)

2.1 Einstellungen

Durch drei Sekunden langes Drücken der mittleren Taste wird der Einstellmodus aufgerufen. Im Display erscheint die Anzeige ‚SET BIKE1'.
Durch erneutes 3 Sek. langes Drücken der mittleren Taste kann der Einstellmodus in jeder Einstellung wieder verlassen werden.
(Wenn die Anzeige des CM 4.4A auf deutsche Texte umgestellt werden soll, jetzt linke Taste kurz drücken, im Display erscheint die Anzeige ‚LANGUAGE'. Mit der mittleren Taste bestätigen und dann kann mit der rechten Taste zwischen ‚English' und ‚Deutsch' umgeschaltet werden. Mit der linken Taste die gewünschte Einstellung bestätigen und dann kurz die rechte Taste drücken, um wieder ‚SET BIKE1' oder ‚SET RAD1' im Display zu sehen).
Da der CM 4.4A. sowohl deutsche als auch englische Texte anzeigen kann, werden hier in der Anleitung immer beide Anzeigen aufgeführt.

Mit der rechten bzw. linken Taste können die verschiedenen Einstellmodi ausgewählt werden, durch kurzes Drücken der mittleren Taste wird der angezeigte Einstellmodus aufgerufen.

Mögliche Einstellmodi:
SET ALT / SET HOEHE
SET BIKE1 / SET RAD1
SET CLOCK / SET UHR
SET HR / SET HF
SET MISC
EXIT / ENDE
LANGUAGE / SPRACHE

Jeder Einstellmodus kann mehrere Einstellmöglichkeiten haben.
Für diese Einstellungen gilt: mit der rechten Taste wird der blinkende Wert verändert (längeres drücken der rechten Taste bewirkt ein schnelleres Hochzählen), mit der linken Taste wird der Wert gespeichert und zum nächsten Wert übergegangen bzw. die nächste Einstellung angezeigt.

Zur besseren Unterscheidung sind im nachfolgenden die **Einstellmodi fett** gedruckt und die ***Einstellmöglichkeiten fett und kursiv***.

SET ALT / SET HOEHE
Hier können die Einstellungen für die Höhenmessung gemacht werden. Anwählen mit mittlerer Taste

ALITUDE / HOEHE
Verändern der aktuellen Höhe
Wertebereich: -300 bis +6000 m bzw. ft
Einstellen mit rechter und linker Taste, weiter mit linker Taste
Hier kann die aktuelle Höhe verändert werden. Z.B. wenn während einer Tour festgestellt wird, dass die vom CM 4.4A angezeigte Höhe von der tatsächlichen Höhe abweicht (kann durch Luftdruckschwankungen vorkommen).

HOME OFF / HEIM AUS
Ein-/Ausschalten des Homewerts für die Höhenmessung
Voreinstellung: OFF
Einstellen mit rechter Taste, weiter mit linker Taste
Hier kann das automatische Rückstellen auf die Homehöhe ein- oder ausgeschaltet werden.

HOME ALT / HEIMHOEHE
Ausgangswert für die Höhenmessung (Homewert)
Wertebereich: -300 bis +6000 m bzw. ft
Einstellen mit rechter und linker Taste, weiter mit linker Taste
Der CM 4.4A hat eine barometrische Höhenmessung, die sich automatisch Temperaturschwankungen anpasst, jedoch durch Luftdruckänderungen (z.B. über Nacht) Anzeigenschwankungen haben kann. Um diese Schwankungen auszugleichen, kann hier eine Ausgangshöhe eingegeben werden (z.B. die des Heimatortes, wenn meistens von dort aus gestartet wird).

Bei jedem Rücksetzen der Tageswerte (Löschen) wird die aktuelle Höhe auf den hier eingegebenen Wert zurückgesetzt. Diese Funktion sollte bei einer Ortsveränderung (z.B. im Urlaub) ausgeschaltet werden oder der Homewert dem Urlaubsort angepasst werden.

UNIT m
Einstellen der Maßeinheit für die Höhenanzeige
Voreinstellung: m (Meter)
Hier kann eingestellt werden, ob die Anzeige der Höhe in Meter (m) oder in feet (ft) erfolgen soll.

UNIT °C
Einstellen der Maßeinheit für die Temperaturanzeige
Voreinstellung: °Celsius
Hier kann eingestellt werden, ob die Anzeige der Temperatur in °Celsius (C) oder in ° Fahrenheit (F) erfolgen soll.

SET BIKE1 / SET RAD1
Hier können die Einstellungen für Rad 1 wie Gesamtkilometer, Radumfang, Maßeinheit etc. gemacht werden.
Anwählen mit mittlerer Taste.
Um die Einstellungen für Rad 2 zu machen, im normalen Betriebsmodus rechte und linke Taste kurz gleichzeitig drücken, um zu Rad 2 zu wechseln, dann erneut den Einstellmodus aufrufen (dort erscheint dann SET BIKE2 /SET RAD 2).

DAY DST / TAGES-DST
Einstellen der Tageskilometer
Voreinstellung: 000.00 km
Wertebereich: 000,00 bis 999,99 km bzw. m
Einstellen mit rechter und linker Taste, weiter mit linker Taste.
Hier können die Tageskilometer eingestellt werden, z.B. bei Fahrten nach einem Tour-Guide-Buch.
Auf die Funktion Gesamtkilometer hat diese Einstellung allerdings keine Auswirkung. Dort werden nur die tatsächlich gefahrenen Kilometer gezählt.

TOT DST / GES. DST
Einstellen der Gesamtkilometer
Voreinstellung: 0000 km
Wertebereich: 0 bis 99999 km bzw. m.
Einstellen mit rechter und linker Taste, weiter mit linker Taste.
Hier können die Gesamtkilometer eingestellt werden.

Wheel / Radumf.
Einstellen des Radumfangs
Voreinstellung: 2080 mm
Wertebereich: 1000-3999 mm
Einstellen mit rechter und linker Taste, weiter mit linker Taste.
Hier kann der Radumfang eingestellt werden.

Der Radumfang kann der Tabelle (Abb. G) entnommen oder selber gemessen werden.
Wenn der Radumfang selber gemessen werden soll, eine Markierung am Vorderreifen und auf dem Boden (z.B. mit Kreide) setzen. Mit dem Rad geradeaus, genau eine Reifenumdrehung (mit richtigem Luftdruck und Fahrergewicht) fahren und Stelle am Boden markieren. Jetzt kann der exakte Radumfang zwischen den beiden Markierungen am Boden abgemessen werden (in mm) – s. Abb. F.

Unit km bzw. Unit mi
Einstellen der Maßeinheit Kilometer oder Meilen
Voreinstellung: km
Einstellen mit rechter Taste, weiter mit linker Taste.
Hier kann ausgewählt werden, ob die Anzeige in Kilometern (km/h) oder in Meilen (m/h) erfolgen soll.

CAD OFF / TRITT AUS
Ein-/Ausschalten der Trittfrequenz (ON/AN – OFF/AUS)
Voreinstellung: OFF/AUS
Einstellen mit rechter Taste, weiter mit linker Taste.
Hier kann die Trittfrequenzmessung ein- bzw. ausgeschaltet werden. Zur Nutzung dieser Funktion ist das optionale Trittfrequenz-Set nötig (erhältlich bei Ihrem Fachhändler).

SET CLOCK / SET UHR
Hier können Uhrzeit, Datum und Uhrzeitformat eingestellt werden.
Anwählen mit mittlerer Taste

Time / Uhrzeit
Einstellen der Uhrzeit
Wertebereich: 00:00 bis 23:59 bzw. 12:00 bis 11:59 A/P
Einstellen mit rechter und linker Taste, weiter mit linker Taste.
Hier kann die aktuelle Uhrzeit eingestellt werden. Dabei werden zuerst die Stunden und dann die Minuten eingestellt.

Year / Jahr
Einstellen des Jahres
Voreinstellung: 2007
Wertebereich: 2007 bis 2099
Einstellen mit rechter Taste, weiter mit linker Taste.
Hier kann das aktuelle Jahr eingestellt werden.

Month / Monat
Einstellen des Monats
Voreinstellung: 01
Wertebereich: 01 bis 12
Einstellen mit rechter Taste, weiter mit linker Taste.
Hier kann der aktuelle Monat eingestellt werden.

Day / Tag
Einstellen des Tagesdatums
Voreinstellung: 01
Wertebereich: 01 bis 31
Einstellen mit rechter Taste, weiter mit linker Taste.
Hier kann der aktuelle Tag eingestellt werden.

Clock / Zeit
Einstellen der Uhrzeitanzeige
Voreinstellung: 24
Einstellen mit rechter Taste, weiter mit linker Taste.
Hier kann ausgewählt werden, ob die Uhrzeit im 24-Stundenformat oder im 12-Stundenformat (AM/PM) angezeigt werden soll.

SET HR / SET HF
Hier kann die optionale Herzfrequenzmessung eingeschaltet werden und die entsprechenden Einstellungen gemacht werden. Um diese Funktion nutzen zu können, wird der optional im Fachhandel erhältliche Sendegurt mit Elastikband benötigt.

HR OFF/ON / HF EIN/AUS
Ein-/Ausschalten der Herzfrequenzmessung.
Voreinstellung: OFF/AUS
Ein-/Ausschalten mit rechter Taste, weiter mit linker Taste.

Fitness / Fitness
Einstellen des Fitness-Levels
Voreinstellung: 3
Wertebereich: 1 bis 4
Einstellen mit rechter Taste, weiter mit linker Taste
Hier kann das aktuelle Fitness-Level eingestellt werden (nötig für die Berechnung der persönlichen Herzfrequenzgrenzen durch CICLO*Inzone*), dabei bedeutet
1 = untrainiert
2 = mäßig trainiert
3 = gut trainiert
4 = Top Form

Sex / Geschlecht
Einstellen des Geschlechts
Einstellen mit rechter Taste, weiter mit linker Taste
Hier kann das Geschlecht eingestellt werden (nötig für die CICLO*Inzone*-Berechnung und die Kalorienberechnung).
M = male / männlich,
F / W = female / weiblich

Weight / Gewicht
Einstellen des Gewichts
Voreinstellung: 070 kg
Wertebereich: 20 bis 220 kg
Einstellen mit rechter und linker Taste, weiter mit linker Taste
Hier kann das aktuelle Gewicht des Benutzers eingestellt werden (nötig für die CICLO*Inzone*- und die Kalorienberechnung).

Birthdate /Gebjahr
Einstellen des Geburtsjahres
Voreinstellung: 1960
Wertebereich: 1920 bis 2006
Einstellen mit rechter und linker Taste, weiter mit linker Taste
Hier kann das Geburtsjahr des Benutzers eingestellt werden (nötig für die CICLO*Inzone*-Berechnung).

InZone
Hier kann durch kurzes gleichzeitiges Drücken der rechten und linken Taste die CICLO*Inzone*-Berechnung gestartet werden (zur CICLO*Inzone* siehe auch Kap. 4).
Um die CICLO*Inzone*-Berechnung zu übergehen, kurz die linke Taste drücken.

Damit die persönliche CICLO*Inzone* richtig ermittelt werden kann, müssen vorher die persönlichen Werte wie Fitnesslevel, Geschlecht, Gewicht und Geburtsjahr eingegeben werden.
Zur Berechnung der CICLO*Inzone* Sendegurt anlegen, eine Ruheposition einnehmen (am besten entspannt im Sitzen), dann die CICLO*Inzone*-Berechnung starten (durch kurzes gleichzeitiges Drücken der rechten und linken Taste starten).

Der CM 4.4A beginnt jetzt einen Countdown von 5 Minuten. In dieser Zeit weiterhin entspannt und ruhig sitzen bleiben, der CM 4.4A misst nun die niedrigste Herzfrequenz, die in dieser Zeit erreicht wird (Ruheherzfrequenz) und nimmt diese für die weitere Berechnung. Während des Countdowns wird im oberen Display ein 5 Minuten-Countdown und im unteren Display die gemessene Herzfrequenz angezeigt.
Nach Ablauf der 5 Minuten erscheint automatisch der untere Wert der ermittelten persönlichen CICLO*Inzone*.

Lower HR / Untere Herzfrequenz
Hier kann eine Herzfrequenz-Untergrenze eingestellt werden bzw. nach der CICLO*Inzone*-Berechnung wird hier die individuell errechnete Herzfrequenz-Untergrenze angezeigt, bei deren Unterschreitung der CM 4.4A einen optischen Alarm gibt (Anzeige ▼ durch einen Pfeil rechts neben der Herzfrequenz im unteren Display).
Einstellen mit rechter und linker Taste, weiter mit linker Taste

Upper HR / Obere Herzfrequenz
Hier kann eine Herzfrequenz-Obergrenze eingestellt werden bzw. nach der CICLO*Inzone*-Berechnung wird hier die individuell errechnete Herzfrequenz-Obergrenze angezeigt, bei deren Überschreitung der CM 4.4A einen optischen Alarm gibt (Anzeige ▲ durch einen Pfeil rechts neben der Herzfrequenz im unteren Display).
Einstellen mit rechter und linker Taste, weiter mit linker Taste

Max HR / Max HF
Hier wird die durch CICLO*Inzone*-Berechnung individuell errechnete maximale Herzfrequenz angezeigt.

SET MISC
Hier kann der Stromspar-Modus (Powerdown) eingeschaltet werden oder ein Reset (Löschen aller Daten) durchgeführt werden.
Anwählen mit mittlerer Taste

Powerdown / STROMSPAR
Hier kann der Stromspar-Modus eingeschaltet werden (z.B. vor dem Batteriewechsel, um die Daten zu erhalten).
Dazu rechte und linke Taste kurz gleichzeitig drücken, damit erlischt das Display und der CM 4.4A ist im Stromspar-Modus. Durch kurzes Drücken einer beliebigen Taste ‚startet' der CM 4.4A wieder und der normale Betriebsmodus erscheint.

Reset / Löschen
Hier können alle Werte (auch die Gesamtwerte) gelöscht werden. Dazu rechte und linke Taste kurz gleichzeitig drücken, im Display erscheint kurz die Anzeige ‚reset', anschließend erscheint der normale Betriebsmodus.

Um nur die Tageswerte zu löschen, im normalen Betriebsmodus rechte und linke Taste 3 Sek. lang drücken.

3. Funktionen

Der CM 4.4A hat einen automatischen Start/Stopp im Fahrbetrieb.
D.h. bei der ersten Radumdrehung erscheint der normale Betriebsmodus und nach ca. 4 Sekunden wird die aktuelle Geschwindigkeit angezeigt. 1 Minute nach der letzten Radumdrehung bzw. dem letzten Tastendruck schaltet das Display in den Schlafmodus. Durch Tastendruck oder erneute Radumdrehung springt das Display wieder an.
Der CM 4.4A hat drei Modi: Rad 1, Rad 2 und No-Bike-Modus.
Um von einem Modus zum anderen zu wechseln, die rechte und linke Taste kurz gleichzeitig drücken (das Umschalten ist nur möglich, wenn die Geschwindigkeit = 0 ist).
Im mittleren Display links zeigt eine ‚①' bzw. eine ‚②' an, ob der CM 4.4A im Rad 1 –Modus oder im Rad 2 –Modus ist. Ist der CM 4.4A im No-Bike-Modus, wird im mittleren Display keine Zahl angezeigt.
Im No-Bike-Modus zeigt der CM 4.4A nur die fahrradunabhängigen Werte an (Höhenwerte, Temperatur, Uhrzeit). Dieser Modus ist für die Nutzung ohne Fahrrad gedacht (z.B. mit dem Zubehör ‚Armband').
Die (optionale) Herzfrequenzanzeige funktioniert auch ohne Radsignal: sobald der CM 4.4A im normalen Betriebsmodus ist (durch Tastendruck oder Auto-Start), ist auch automatisch der Herzfrequenzempfänger eingeschaltet (wenn die Herzfrequenzfunktion im Einstellmodus eingeschaltet ist). Solange eine Herzfrequenz im Display angezeigt wird, erfolgt auch keine automatische Umschaltung in den Schlafmodus.

Um die Tageswerte auf Null zurückzusetzen, rechte und linke Taste 3 Sekunden gleichzeitig drücken. (Ist die Funktion Homehöhe eingeschaltet, wird beim Löschen auch gleichzeitig die aktuelle Höhe auf den Homewert zurückgesetzt).
Der CM 4.4A hat ein dreizeiliges Display. Im mittleren Teil wird die Geschwindigkeit angezeigt, dabei wird links von der Geschwindigkeit mit einer kleinen ① bzw. ② angezeigt, ob die Werte für Rad 1 oder Rad 2 gelten.
Die **Funktionen**, die im **oberen Display** angezeigt werden, können mit der **rechten Taste** weitergeschaltet werden, die **Funktionen** des **unteren Displays** mit der **linken Taste**.
Jeweils **kurzes Drücken der mittleren Taste** zeigt die **Unterfunktionen der Funktion im unteren Display an**.

Für alle Unterfunktionen gilt: die Anzeige erscheint für ca. 10 Sekunden, dann erscheint wieder die Anzeige der jeweiligen Hauptfunktion.

Funktionen im oberen Display: (Erklärung zu diesen Funktionen siehe "Funktionen im unteren Display")
TM – Tages-Fahrzeit (Bild 2)
DST – Tages-Distanz (Bild 4)
Höhe (Bild 3)
HR (♥)
Uhrzeit (Bild 1)

Funktion im mittleren Display:
SPD – aktuelle Geschwindigkeit
Zeigt die aktuelle Geschwindigkeit in km/h bzw. m/h an.
Wertebereich: 0 bis 199,9 km/h bzw. m/h
Dabei wird mit dem Pfeil links im Display angezeigt, ob die aktuelle Geschwindigkeit über (Pfeil nach oben) oder unter (Pfeil nach unten) der momentanen Durchschnittsgeschwindigkeit liegt.

Funktionen im unteren Display:
DST – Tages-Distanz (Bild 5)
Zeigt die bisher zurückgelegte Strecke in Kilometer oder Meilen an.
Wertebereich: 0 bis 999,99 km bzw. m

***TOT – Gesamtdistanz* (Bild 6)**
Unterfunktion der Funktion Tages-Distanz
Zeigt die gesamten (seit dem letzten Zurückstellen bzw. Batteriewechsel) bisher zurückgelegten Kilometer an.
Wertebereich: 0 bis 99999 km bzw. m

∑*TOT – Summe Gesamtdistanz von Rad 1 u. Rad 2* (Bild 7)
Unterfunktion der Funktion Tages-Distanz
Zeigt die Summe der gesamten (seit dem letzten Zurückstellen bzw. Batteriewechsel) bisher zurückgelegten Kilometer von Rad 1 und Rad 2 an.
Wertebereich: 0 bis 199999 km bzw. m

Aktuelle Höhe (Bild 18)
Zeigt die momentane Höhe (über dem Meeresspiegel) an. Die Anzeige der Höhe erfolgt in 1-m-Schritten. Da die Höhe durch Luftdruckmessung bestimmt wird, ist sie wetterabhängig.
Wertebereich: -300 bis +6000 m bzw. ft

Hinweis: Die Höhenmeter werden nur addiert, während Radsignale empfangen werden. Im No-Bike-Modus werden die Höhenmeter immer addiert.
Der CM 4.4A hat eine Hysterese von 2 m, d.h. ab 2 m Höhenunterschied werden die Werte addiert.

Tageshöhenmeter aufwärts (Bild 19)
Unterfunktion der Funktion Aktuelle Höhe
Zeigt die bisher aufwärts zurückgelegten Höhenmeter an.
Wertebereich: 0 – 20000 m bzw. ft

Tageshöhenmeter abwärts (Bild 20)
Unterfunktion der Funktion Aktuelle Höhe
Zeigt die bisher abwärts zurückgelegten Höhenmeter an.

MAX – maximale Höhe (Bild 21)
Unterfunktion der Funktion Aktuelle Höhe
Zeigt die höchste erreichte Höhe während einer Tour an.
Wertebereich: -300 bis +6000 m bzw. ft

TOT – Gesamthöhenmeter aufwärts (Bild 22)
Unterfunktion der Funktion Aktuelle Höhe
Zeigt die Summe der bisher aufwärts zurückgelegten Höhenmeter an.
Wertebereich: 0 bis 20000 m bzw. ft

TOT – Gesamthöhenmeter abwärts (Bild 23)
Unterfunktion der Funktion Aktuelle Höhe
Zeigt die Summe der bisher abwärts zurückgelegten Höhenmeter an.
Wertebereich: 0 bis 20000 m bzw. ft

Die folgende Unterfunktion wird nur im Radmodus angezeigt:

∑TOT – Summe Gesamthöhenmeter von Rad 1 u. Rad 2 (Bild 24)
Unterfunktion der Funktion Aktuelle Höhe
Zeigt die Summe aller bisher aufwärts zurückgelegten Höhenmeter an.
Wertebereich: 0 bis 20000 m bzw. ft

Aktuelle Steigung / Gefälle (Bild 25)
Zeigt die momentan gefahrene Steigung bzw. das momentan gefahrene Gefälle in Prozent an. Dabei zeigt das Symbol links unten im Display an, ob es sich um eine Steigung (◢) oder ein Gefälle (◣) handelt.
Wertebereich: 0 bis 100 %

Achtung: Technisch bedingt erscheint die korrekte Prozentanzeige erst ca. 50 – 100 m nach Beginn der Steigung bzw. des Gefälles. Dies ist auch abhängig von der Geschwindigkeit.

Durchschnittliche Steigung (Bild 26)
Unterfunktion der Funktion Aktuelle Steigung/Gefälle
Zeigt die bisherige durchschnittliche Steigung an.
Wertebereich: 0 bis 100 %

Durchschnittliches Gefälle (Bild 27)
Unterfunktion der Funktion Aktuelle Steigung/Gefälle
Zeigt das bisherige durchschnittliche Gefälle an.
Wertebereich: 0 bis 100 %

Maximale Steigung (Bild 28)
Unterfunktion der Funktion Aktuelle Steigung/Gefälle
Zeigt die bisher höchste Steigung an.
Wertebereich: 0 bis 100 %

Maximales Gefälle (Bild 29)
Unterfunktion der Funktion Aktuelle Steigung/Gefälle
Zeigt das bisher stärkste Gefälle an.
Wertebereich: 0 bis 100 %

Ø – Durchschnittsgeschwindigkeit (Bild 8)
Zeigt die momentane Durchschnittsgeschwindigkeit in km/h bzw. m/h an.
Wertebereich: 0 bis 199,9 km/h bzw. m/h (dabei ist die Kommastelle hochgestellt)

***MAX – Maximalgeschwindigkeit* (Bild 9)**
Zeigt die höchste bisher erreichte Geschwindigkeit in km/h bzw. m/h an.
Wertebereich: 0 bis 199,9 km/h bzw. m/h (dabei ist die Kommastelle hochgestellt)

Temperatur (Bild 30)
Zeigt die momentan gemessene Temperatur an.
Wertebereich: -10 bis +50 °C bzw. °F

Hinweis: Wird der CM 4.4A am Körper getragen, kann die gemessene Temperatur Abweichungen haben.

MIN – Minimaltemperatur
Unterfunktion der Funktion Temperatur
Zeigt die niedrigste bisher gemessene Temperatur an.
Wertebereich: -10 bis +50 °C bzw. °F

MAX – Maximaltemperatur
Unterfunktion der Funktion Temperatur
Zeigt die höchste bisher gemessene Temperatur an.
Wertebereich: -10 bis +50 °C bzw. °F

Uhrzeit (Bild 10)
Zeigt die aktuelle Uhrzeit an.
Wertebereich: 00:00:00 bis 23:59:59 bzw. 12:00:00 bis 11:59:59 AM/PM

***Datum* (Bild 11)**
Unterfunktion der Funktion Uhrzeit
Zeigt das aktuelle Datum in der Form TT.MM.JJ an.

TM /– Tages-Fahrzeit (Bild 12)
Zeigt die aktuelle Fahrzeit an.
Wertebereich: 0 bis 9:59:59 h

***TOT – Gesamt-Fahrzeit* (Bild 13)**
Unterfunktion der Funktion Tages-Fahrzeit
Zeigt die gesamte Fahrzeit (seit dem letzten Zurückstellen bzw. Batteriewechsel) an.
Wertebereich: 0 bis 999:59 h

∑*TOT – Summe Gesamtfahrzeit von Rad 1 und Rad 2* (Bild 14)
Unterfunktion der Funktion Tages-Fahrzeit
Zeigt die Summe der gesamten Fahrzeit (seit dem letzten Zurückstellen bzw. Batteriewechsel) von Rad 1 und Rad 2 an.
Wertebereich: 0 bis 999:59 h

HR - Herzfrequenz (Bild 36)
Zeigt die aktuelle Herzfrequenz an (in bpm = beats per minute / Schläge pro Minute)
Wertebereich: 0 bis 250 bpm
Bei der Anzeige im unteren Display wird rechts neben der Herzfrequenz durch einen Pfeil angezeigt, ob die aktuelle Herzfrequenz unterhalb (▼), innerhalb (▼▲) oder oberhalb (▲) der eingestellten Herzfrequenzgrenzen ist.

Ø - Durchschnittsherzfrequenz (Bild 37)
Unterfunktion der Funktion Herzfrequenz
Zeigt die durchschnittliche Herzfrequenz an (seit dem letzten Zurücksetzen).
Wertebereich: 0 bis 250 bpm

MAX - maximale Herzfrequenz (Bild 38)
Unterfunktion der Funktion Herzfrequenz
Zeigt die höchste bisher erreichte Herzfrequenz an (seit dem letzten Zurücksetzen an).
Wertebereich: 0 bis 250 bpm

Zeit unterhalb der eingestellten Herzfrequenz-Grenze (Bild 39)
Unterfunktion der Funktion Herzfrequenz
Zeigt die Zeit an, in der die Herzfrequenz unterhalb der eingestellten Herzfrequenz-Untergrenze war (seit dem letzten Zurücksetzen).
Wertebereich: 0 bis 9:59:59 h

Zeit innerhalb der eingestellten Herzfrequenz-Grenze (Bild 40)
Unterfunktion der Funktion Herzfrequenz
Zeigt die Zeit an, in der die Herzfrequenz innerhalb der eingestellten Herzfrequenz-Grenzen war (seit dem letzten Zurücksetzen).
Wertebereich: 0 bis 9:59:59 h

Zeit oberhalb der eingestellten Herzfrequenz-Grenze (Bild 41)
Unterfunktion der Funktion Herzfrequenz
Zeigt die Zeit an, in der die Herzfrequenz oberhalb der eingestellten Herzfrequenz-Obergrenze war (seit dem letzten Zurücksetzen).
Wertebereich: 0 bis 9:59:59 h

kCal - Kalorienverbrauch (Bild 42)
Zeigt die bisher verbrauchten Kalorien an (seit dem letzten Zurücksetzen).
Wertebereich: 0 bis 99999 kCal

TOT - Gesamtkalorienverbrauch (Bild 43)
Unterfunktion der Funktion Kalorienverbrauch
Zeigt die gesamten bisher verbrauchten Kalorien an (seit dem letzten Zurückstellen bzw. Batteriewechsel)
Wertebereich: 0 bis 99999 kCal

Die folgende Funktion erscheint nur, wenn sie im Einstellmodus eingeschaltet wurde (zum Messen der Trittfrequenz wird das separat erhältliche Trittfrequenzset benötigt).

CAD - Trittfrequenz (Bild 33)
Zeigt die aktuelle Trittfrequenz (in rpm = Umdrehungen pro Minute)
Wertebereich: 0 bis 250 rpm

***Ø - Durchschnittstrittfrequenz* (Bild 34)**
Unterfunktion der Funktion Trittfrequenz
Zeigt die durchschnittliche Trittfrequenz an (seit dem letzten Zurücksetzen).
Wertebereich: 0 bis 250 rpm

***MAX - maximale Trittfrequenz* (Bild 35)**
Zeigt die höchste bisher erreichte Trittfrequenz an (seit dem letzten Zurücksetzen an).
Wertebereich: 0 bis 250 rpm

4. CICLO*InZone*®-Philosophie und Anwendung

CICLO*Inzone*® ist ein ganz persönlicher Fitness-Service in Form einer Trainingssteuerung. Anhand von persönlichen Daten und dem Ruhepuls wird mit der CICLO*Inzone*® der optimale Trainingsbereich berechnet.
Ob Laufen, Nordic Walking, Biken, Indoor-Cycling und vieles mehr ... CICLO*Inzone*® steuert das individuelles Cardiotraining.
Kondition steigern? – Pfunde verlieren? – Gesundheitsorientiert trainieren? Jeder verfolgt ein anderes Ziel mit seinem Training. Wie aber muss man trainieren um möglichst effizient seine Ziele zu erreichen? Wie findet man die richtige Intensität beim Training? CICLO*Inzone*® ist ***der*** optimale Trainingsbereich für Kraft, Ausdauer und Fettabbau.

Was kann die CICLO*InZone*®?
Sie berechnet den optimalen Trainingsbereich für Kraft, Ausdauer und Fettabbau. Dieser ist individuell und bildet eine Trainingsempfehlung, die immer zwischen 70 und 85% der Maximalherzfrequenz angesetzt ist.
(+/- 5% Abweichung unter Berücksichtigung der aktuellen Ruheherzfrequenz und des Fitnesslevels).
Mit CICLO*Inzone*® wird die Thematik Fettverbrennung wieder ins „rechte" Licht gerückt und aufgezeigt, dass weniger eben nicht immer mehr ist.

5 . Wechseln der Batterie

CM 4.4A: Schraubverschluss auf der Rückseite des Computers mit Hilfe einer Münze nach links aufdrehen. Alte Batterie entfernen und neue 3V-Lithium-Batterie Typ CR 2032 mit dem Pluspol nach oben einlegen. Schraubverschluss wieder zudrehen.
(Der Batteriewechsel beim optionalen Sendegurt funktioniert ebenso.)

(Geschwindigkeits-)Sender: Batteriedeckel an der Oberseite des Senders mit Hilfe einer Münze nach links aufdrehen, alte Batterie entfernen und neue 12 Volt Batterie, Typ 23A mit dem Pluspol nach oben einlegen. Batteriedeckel wieder zudrehen. Batteriedeckel nicht überdrehen!

Bitte die entleerte Batterie nicht in den Hausmüll werfen, sondern fachgerecht entsorgen.

6. Störungsbeseitigung

Fehlerhafte oder keine Anzeige im Display
- Batterie auf korrekten Sitz überprüfen bzw. Batterie erneuern

Momentangeschwindigkeit wird nicht angezeigt
- Sender auf korrekte Montage prüfen
- überprüfen, ob Speichenmagnet richtig an der Speiche montiert ist (direkt gegenüber dem Sender mit max. 3 mm Abstand)
- überprüfen, ob CM 4.4A richtig im Lenkerhalter eingerastet ist
- eingestellten Radumfang überprüfen

Geschwindigkeit zu hoch bzw. zu niedrig
- eingestellten Radumfang überprüfen
  Maßeinheit überprüfen

Höhe zeigt falsch Werte
- Homehöhe (s. Grundeinstellungen) überprüfen, möglicherweise falscher Wert eingegeben
- Luftdruck hat sich geändert, z.B. durch Wetterumschwung (aktuelle Höhe nachstellen)

Herzfrequenz wird nicht angezeigt bzw. angezeigte Herzfrequenz falsch bzw. schwankend
- überprüfen, ob die Herzfrequenzfunktion im Einstellmodus eingeschaltet ist
- Sendegurt (Batterie) überprüfen
- Haut zu trocken / zu kalt
- Abstand zwischen CM 4.4A und Sendegurt zu groß

Trittfrequenz wird nicht angezeigt bzw. angezeigte Trittfrequenz falsch oder schwankend
- überprüfen, ob die Trittfrequenzfunktion im Einstellmodus eingeschaltet ist
- Montage der Trittfrequenz überprüfen
- Abstand zwischen Trittfrequenzsensor und Trittfrequenzmagnet zu groß (max. 3 mm)

7. Garantie

Wir leisten auf den **CM 4.4A** eine Garantie von 24 Monaten. Die Garantie beschränkt sich auf Material- und Verarbeitungsfehler. Ausgenommen von der Garantie sind Batterien und Verschleißteile. Die Garantie ist nur gültig, wenn der Computer mit Zubehör vorschriftsmäßig und sorgfältig behandelt wurde.

Im Garantiefall wenden Sie sich bitte an Ihren Händler oder Ihren lokalen Distributor oder schicken Sie den Computer mit dem Kaufbeleg (Datum) und allen Zubehörteilen ausreichend frankiert an:

CicloSport Service
K. W. Hochschorner GmbH
Einsteinstr. 39a
D-82152 Martinsried
Tel.: 0900 / 123 5000
Euro 0,99 / min. aus dem deutschen Festnetz
Euro 1,99 / min. aus dem deutschen Mobilfunknetz
(Mobilfunkpreise können variieren)
Fax: +49 89 859 63 01
ciclo-service@ciclosport.de
www.ciclosport.com

Bitte lesen Sie vor Einsendung des Gerätes nochmals sorgfältig die Bedienungsanleitung durch und überprüfen Sie die Batterie.
Bei berechtigten Garantieansprüchen wird das reparierte Gerät oder ein Austauschgerät kostenlos zurückgesandt.

Reparatur: Wird das Gerät zur Reparatur eingesandt oder wird ein Garantieanspruch nicht anerkannt, erfolgt eine Reparatur bis Euro 19.- automatisch.
Die Rücksendung des reparierten Gerätes erfolgt per Nachnahme.

Entsorgung von gebrauchten elektrischen und elektronischen Geräten (Anzuwenden in den Ländern der Europäischen Union und anderen europäischen Ländern mit einem separaten Sammelsystem für diese Geräte).
Das Symbol auf dem Produkt oder seiner Verpackung weist darauf hin, dass dieses Produkt nicht als normaler Haushaltsabfall zu behandeln ist, sondern an einer Annahmestelle für das Recycling von elektrischen oder elektronischen Geräten abgegeben werden muss. Durch Ihren Beitrag zum korrekten Entsorgen dieses Produkts schützen Sie die Umwelt und die Gesundheit Ihrer Mitmenschen. Umwelt und Gesundheit werden durch falsches Entsorgen gefährdet. Materialrecycling hilft den Verbrauch von Rohstoffen zu verringern. Weitere Informationen über das Recycling dieses Produkts erhalten Sie von Ihrer Gemeinde, den kommunalen Entsorgungsbetrieben oder dem Geschäft, in dem Sie dieses Produkt gekauft haben.

Garantieschein:

Absender:

Name ______________________

Vorname ______________________

Straße, Nr. ______________________

PLZ/Ort ______________________

Telefon (tagsüber) ______________________

Fax ______________________

E-Mail ______________________

Grund der Einsendung:

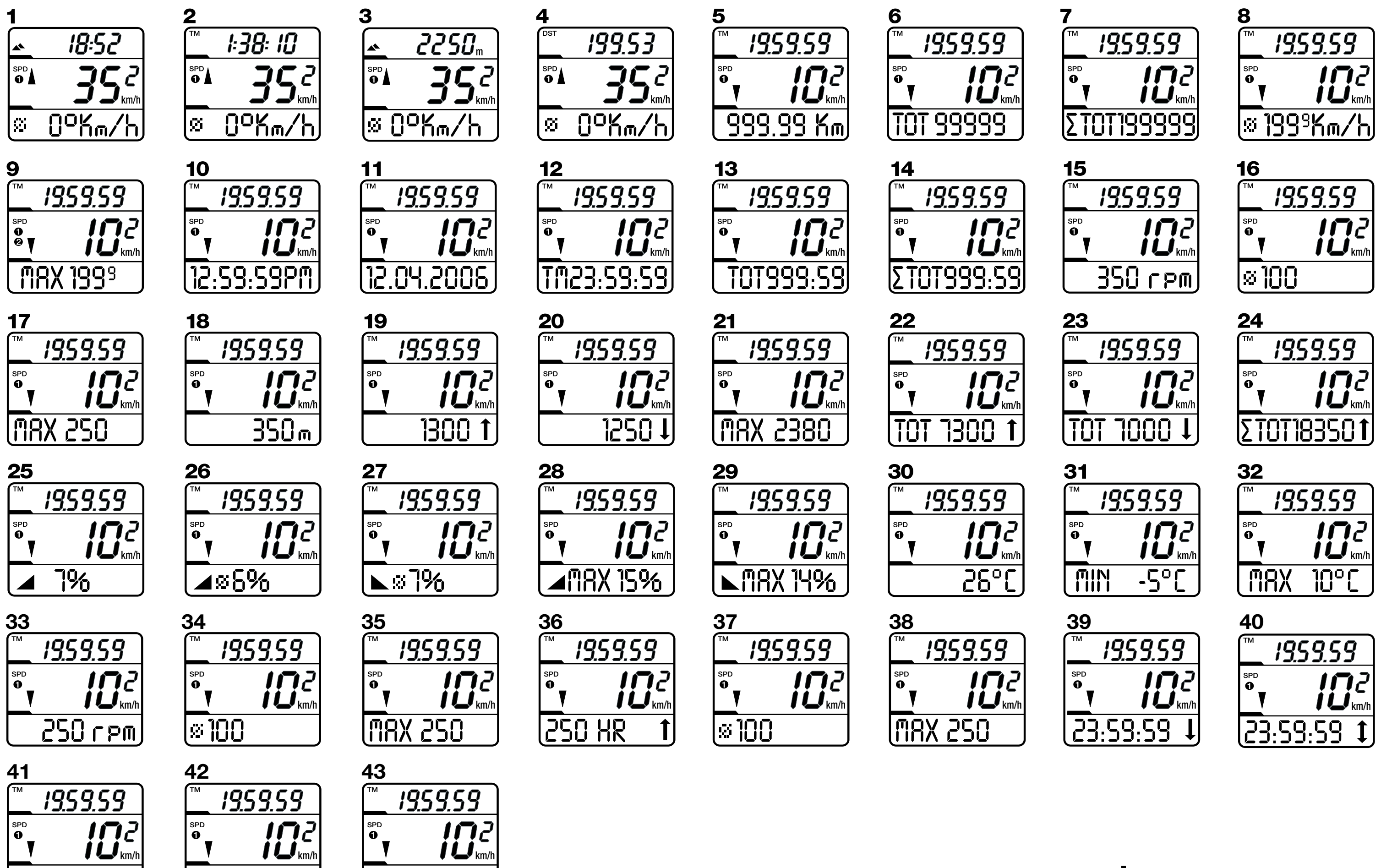
____

____

____

____

Nach Ablauf der Garantie sollen Reparaturen bis Euro ______ durchgeführt werden.

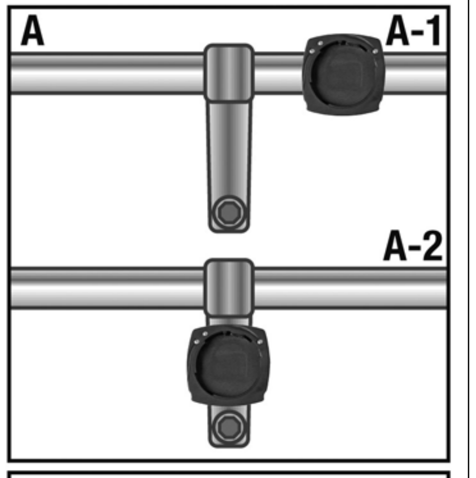


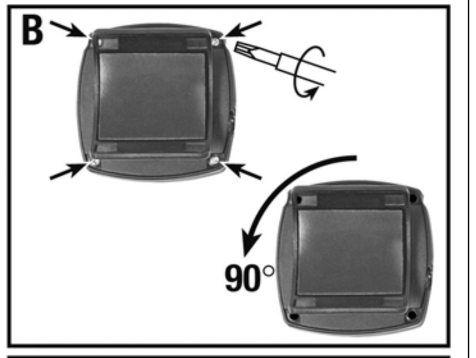
www.ciclosport.com

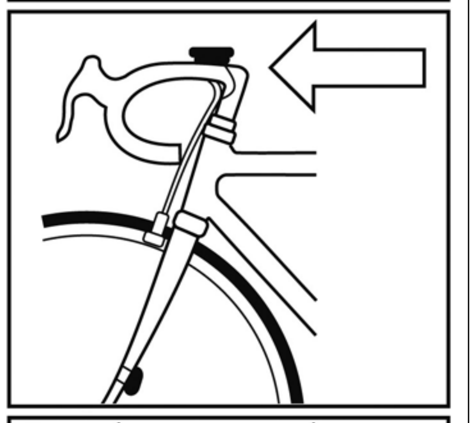
CICLOSPORT®
SPORTS INFORMATION SYSTEMS

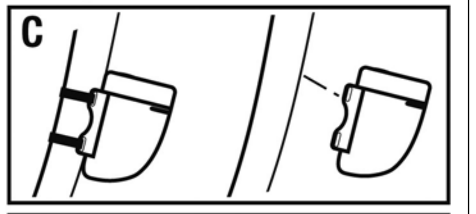
CICLOMASTER®

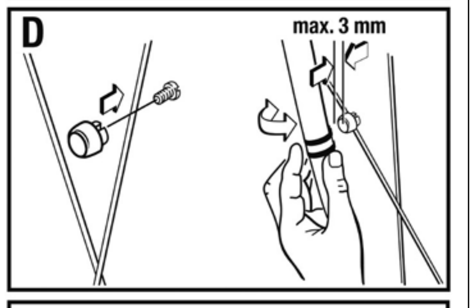
CM 4.4A

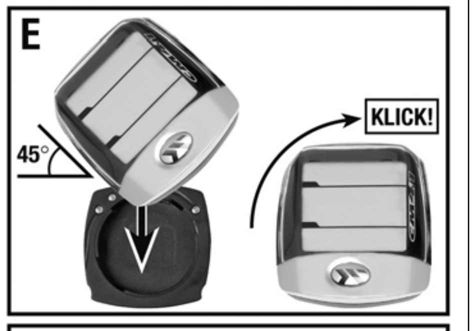


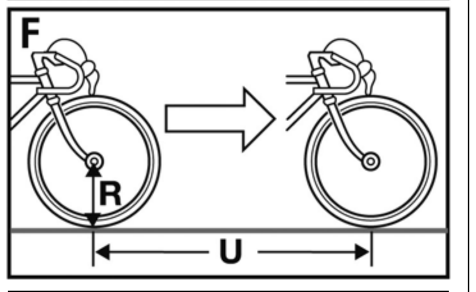












G

Tire size		Circumference
40-559	26 x 1,5	2026 mm
44-559	26 x 1,6	2051 mm
47-559	26 x 1,75	2070 mm
50-559	26 x 1,9	2026 mm
54-559	26 x 2,00	2089 mm
57-559	26 x 2,125	2114 mm
37-590	26 x 1 3/8	2133 mm
32-620	27 x 1 1/4	2199 mm
40-622	28 x 1,5	2224 mm
47-622	28 x 1,75	2268 mm
40-635	28 x 1 1/2	2265 mm
37-622	28 x 1 3/8	2205 mm
20-622	700 x 20C	2114 mm
23-622	700 x 23C	2133 mm
25-622	700 x 25C	2146 mm
28-622	700 x 28C	2149 mm
32-622	700 x 32C	2174 mm

GB USA OPERATING MANUAL

Congratulations on your purchase!

With the **CICLO*MASTER* CM 4.4A** you have acquired a wireless electronic bike computer with state of the art electronics, the highest level of precision and it is weatherproof. As special features the **CM 4.4A** has an optional cadence measurement and an optional heart rate measurement (for this you need separately available accessories).

The Two in One-System: this allows you to use this cycle computer for two different bicycles and view the combined total values.

Please read this operating manual carefully.

Package content:
- CICLOMASTER CM 4.4A
- battery type CR 2032
- battery cap
- handlebar bracket
- transmitter
- cable ties for mounting
- spoke magnet

1. Mounting

The handlebar bracket can be mounted on the handlebar and also on the stem.
Bild A: Mounting is possible on handlebar (Position A-1) or stem (Position A-2).
Bild B: For using it on the stem, change bracket mounting orientation from Position A to Position B.
Remove the protective tape.
Place the handle bar and fasten it with the cable ties.
Bild C: Mount the transmitter with cable ties on the fork (max. distance to the handlebar bracket max. 60 cm; best mounting on the right side, handlebar bracket and transmitter should be on the same side).
Bild D: Fix the magnet on a spoke so that it will face the mark on the transmitter. Adjust the magnet position and fine tune the sensor if necessary (distance between transmitter and magnet max. 3 mm).
Bild E: Rotate the CM 4.4A to 45 degree left and install it into the bracket. Then rotate it 45 degrees right to lock it. To unlock, rotate 45 degrees to the left.

1.1 Mounting of optional cadence-set

(separately available)
Mount the handlebar as described above on the handlebar or on the stem.
Place the sensor on the cable on the left chain-brace in height of the crank with help of cable-ties so that it is still loose enough to be lined up. Mount the cadence-magnet (with help of a cable tie) on the inside of the crank. The distance between magnet and sensor should be max. 3 mm.
The magnets must point directly to the mark on the sensor. Now switch on the cadence measuring in the setting mode of the
CM 4.4A (see chap. 2.1). Turn crank a few times to check if the mounting is correct. Now tighten the cable-ties.

1.2 Putting on the heart rate transmission belt

Warning: whoever carries out sport should have a general medical check up on his/her general state of health - especially beginners, persons older than 35 years of age and anyone who has suffered from illnesses or injuries in the past. It is recommended that a doctor be consulted in any case in the presence of risk factors, such as smoking, high blood pressure, high cholesterol values, diabetes, lack of exercise and excess weight.

Pacemaker wearers should consult their doctor before using any heart rate measurement device!

The transmitter belt is hung in the elastic chest belt and fastened around the upper body. The transmitter (plastic part with the Ciclo-logo) should lie over the middle of the upper stomach, immediately below the breastbone, so that the logo on the transmitter is legible (viewed from the front) (see illustration). The electrodes in the belt, to the right and left of the transmitter, must be in contact with the skin. Pull the belt tight so that it cannot slip and constant contact with the body is guaranteed during movement.
If the CM 4.4A fails to display any heart rate, it probably means that there is no contact between the skin and the electrodes. Moistening the electrodes and the underlying skin often helps. Best results are obtained if electrode gel is used (available from pharmacies).
Measurement of the heart rate is only possible if the transmitter belt is fitted correctly and the CM 4.4A is within the transmitter's reception range (max. 60 cm).

2. Preparation

Inserting the battery
Insert battery type CR2032 with plus-pole facing up. Close battery cap with a coin, being sure not to over tighten. After inserting the battery the display will show normal mode.
(If nothing or incomprehensible signs appear in the display, press the AC-button on the rear of the computer with help of a ballpoint pen or a similar object. Attention: this will delete all values and setting).

2.1 Settings

Enter setting mode by pressing centre button for 3 seconds. Display shows 'SET BIKE1'.

To quit setting mode press again centre button for 3 seconds in any setting.
(To change the display to german language, press left button short, display shows ‚LANGUAGE'. Press centre button to choose this function and then switch between 'English' and 'Deutsch' with right button. To store press left button and then get back to setting mode with short pressing of right button).
Though CM 4.4A can show german and english words, this manual shows both possible displays.

The different setting modes can be shown by pressing right or left button, by pressing centre button the shown setting mode is chosen.

Possible setting modes:
SET ALT / SET HOEHE
SET BIKE1 / SET RAD1
SET CLOCK / SET UHR
SET HR / SET HF
SET MISC
EXIT / ENDE
LANGUAGE / SPRACHE

Each setting mode can have different setting possibilities.

The following is valid for these settings: the blinking value can be changed with the right button, the value is stored by shortly pressing the left button and the next value blinks or the next value appears on the display.

For a better reading in the following chapters the setting modes are **fat printed** and the settings ***fat and italic***.

SET ALT / SET HOEHE
To define altimeter settings.
To select, press the centre button.

ALTITUDE / HOEHE
To change current altitude
Range: -300 to +6000m
Set with right and left buttons, continue with left button
Here you can change the altitude that is displayed, e.g. if you notice that the current altitude diverges from altitude shown in the display (e.g. if barometric pressure changes).

HOME OFF / HEIM AUS
To switch the home altitude on/off
Default: OFF
Set with right button, continue with left button
Here you can switch the automatic reset off the home altitude value on/off

HOME ALT / HEIMHOEHE
Range: -300 to +6000m
Set with left or right button, continue with left button
CM 4.4A has got a barometric altimeter which adapts itself to temperature variations.
Changes of barometric pressure (e.g. during the night) can cause variations of the indicated altitude in the display. To compensate for these variations you can set the altitude of your origin (e.g. starting point such as home). With each reset of the daily values (deletion) the current altitude will be reset to the adjusted altitude.

UNIT m
Set unit of measurement for altitude
Default: m (meters)
Here you can select whether the indication is meter (m) or feet (ft).

UNIT °C
Set unit of measurement for temperature
Default: °Celsius
Here you can adjust whether the indication is Celsius (C) or Fahrenheit (F).

SET BIKE1 / SET RAD1
Set of bike-specific values, e.g. total distance, circumference, unit and more for bike 1.
Choose with centre button.
To do these settings for bike 2, press right and left button short simultaneously in normal mode. CM 4.4A switches to bike 2, then enter again setting mode (display then shows SET BIKE2/SET RAD2).

DAY DST / TAGES-DST
Set of the daily distance
Default: 000.00 km
Range: 000,00 to 999,99 km or m
Set with right and left button, store with left button.
Here the daily distance can be adjusted, e.g. the point of starting a tour, when using a printed tour-guide.
(This setting doesn't change the total distance. There only really ridden kilometres are counted).

TOT DST / GES. DST
Set of the total distance
Default: 0000 km
Range: 0 to 99999 km or m.
Set with right and left button, store with left button.
Here the total distance can be adjusted.

Wheel/Radumf.
Set of circumference
Default: 2080 mm
Range: 1000-3999 mm
Set with right and left button, store with left button.
Here the circumference can be adjusted.

The circumference of the wheel can be taken from the chart (Pict. G) or be measured by yourself.
Measuring the circumference of the wheel (for a more precise setting):
Put a marking at the front-tire and on the ground (e.g. with chalk). Ride straight ahead exactly one turn of a tire (for a very exact measurement, check the pressure of the tire before getting on your bike) and mark this position on the ground. Now measure the exact circumference of the wheel between the two markings at the ground (in mm) – see pict. F.

Unit km bzw. Unit mi
Set of the measuring unit (kilometres or miles)
Default: km
Set with right button, store with left button
Here you can choose whether the display should show kilometres (km/h) or miles (m/h).

CAD OFF/TRITT AUS
Switch cadence on/off (ON/AN – OFF/AUS)
Default: OFF/AUS
Set with right button, store with left button
Here you can switch on/off the cadence measuring. To use this function you need the optional cadence-set (available at your local dealer).

SET CLOCK / SET UHR
Set of clock, date and clocktime-format.
Choose with centre button

Time / Uhrzeit
Set of clock
Range: 00:00 to 23:59 or 12:00 to 11:59 A/P
Set with right and left button, store with left button
Here you can set the current clocktime. First you set the hours, then the minutes.

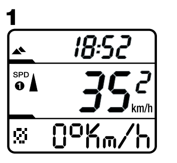
Year / Jahr
Set of the year
Default: 2007
Range: 2007 to 2099
Set with right button, store with left button
Here you can set the current year.

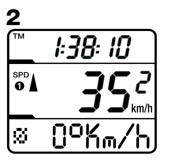
Month / Monat
Set of the month
Default: 01
Range: 01 to 12
Set with right button, store with left button
Here you can set the current month.

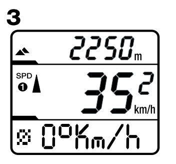
Day / Tag
Set of the day
Default: 01
Range: 01 to 31
Set with right button, store with left button
Here you can set the current day.
Clock / Zeit
Set of the clock format
Default: 24
Set with right button, store with left button
Here you can select between 24- or 12-hour format (AM/PM).

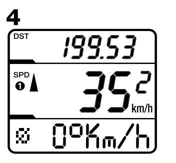
SET HR / SET HF
Adjustments for the optional heart rate measurement. To use this function you need the optional heart rate-set (available at your local dealer).

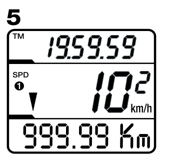
HR OFF/ON / HF EIN/AUS
Switch heart rate on/off (ON/AN – OFF/AUS)
Default: OFF/AUS
Set with right button, store with left button
Here you can switch on/off the heart rate measuring.

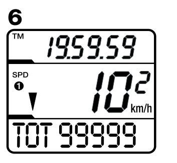
1


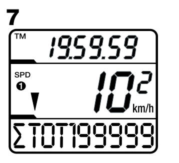
2


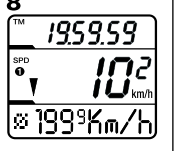
3


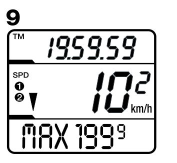
4


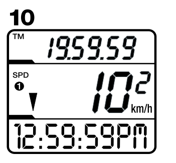
5


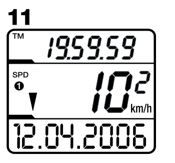
6


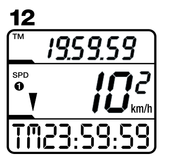
7


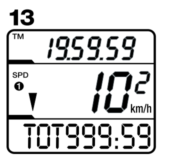
8


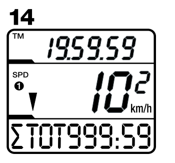
9


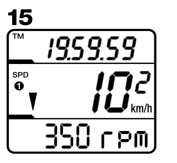
10


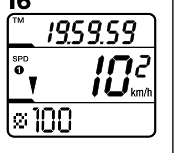
11


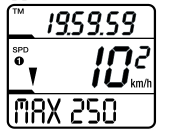
12


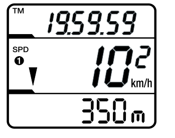
13


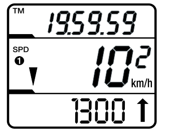
14


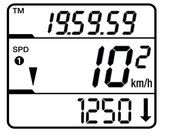
15


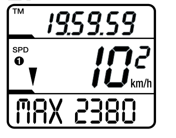
16


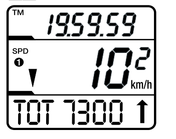
17


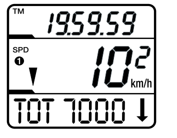
18


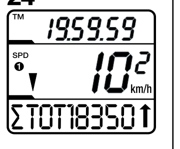
19


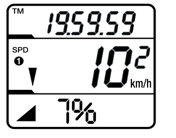
20


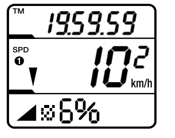
21


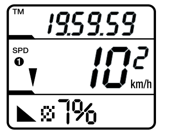
22


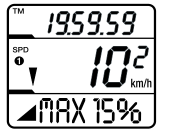
23


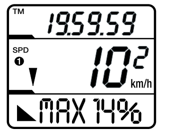
24


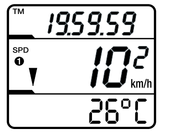
25


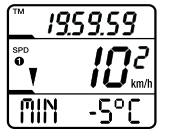
26


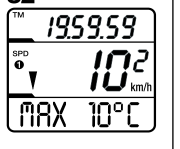
27


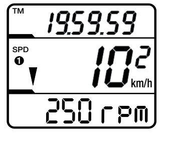
28


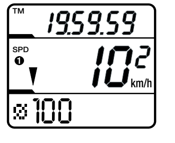
29


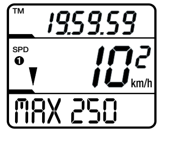
30


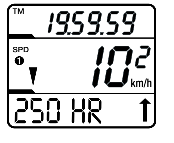
31


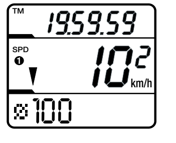
32


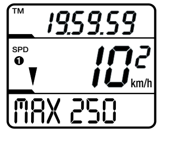
33


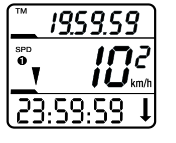
34


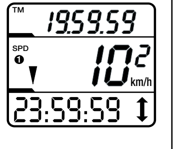
35


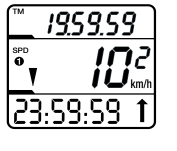
36


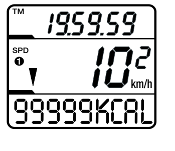
37


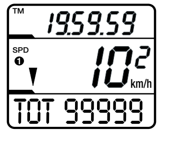
38


39


40


41


42


43


www.ciclosport.com

Fitness / Fitness
Adjustment of the fitness level.
Default: 3
Set with right button, store with left button.
Range 1-4, corresponding to the following levels:
1 – poor fitness
2 – average fitness
3 – good fitness
4 – high fitness
Here you set your personal fitness level, necessary for the CICLO*InZone*®-calculation.

Sex / Geschlecht
Set with right button, store with left button.
Change between
m = male and f = female.
The sex is needed for the CICLO*InZone*®-calculation and the calorie consumption.

Weight / Gewicht
Range: 20 to 220 kg
Set with right and left button, store with left button
The weight is needed for the CICLO*InZone*®-calculation and the calorie consumption.

Birthdate /Gebjahr
Adjust with right and left button, store with left button
Default: 1960
Range: 1920 to 2006
The year of birth is necessary for the CICLO*InZone*®-calculation.

InZone
Here you can start the CICLO*InZone*®-calculation by short pressing of right and left button simultaneously (see also chap. 4 for CICLO*InZone*®).
In order to ignore the calculation, just press short left button.

In order to obtain an exact calculation of ones personal CICLO*InZone*® it is necessary to insert the personal data relative to fitness-level, sex, weight and birthdate.
In order to calculate the CICLO*InZone*® position the chest belt correctly, take up a rest position (remain seated and relaxed) and start the CICLO*InZone*® calculation by short pressing of right and left button simultaneously.
The CM 4.4A will then start to time 5 minutes. During this time, stay seated, relaxed and calm, as the CM 4.4A will measure the minimum heart rate reached during this period (heart rate at rest) and will store this value for the subsequent calculation.
After the 5 minutes the lower value of the calculated personal CICLO*InZone*® appears in the display.

Lower HR / untere HF
A lower heart rate limit can be set here or (after CICLO*InZone*-calculation) the calculated value is shown.
When the current heart rate is lower than this value, the CM 4.4A shows an arrow (▼) as an optical alarm.
Range: 0 to 220 bpm
Adjust with right and left button, store with left button

Upper HR / obere HF
An upper heart rate limit can be set here or (after CICLO*InZone*®-calculation) the calculated value is shown.
When the current heart rate is higher than this value, the CM 4.4A shows an arrow (▲) as an optical alarm.
Range: 0 to 240 bpm
Adjust with right and left button, store with left button

Max HR / Max HF
Shows the maximum heart rate, calculated with CICLO*InZone*®.
Range: 0 to 240 bpm
Adjust with right and left button, store with left button

SET MISC
Here you can switch on the powerdown-mode or make a reset (delete all values).
Choose with centre button

Powerdown / STROMSPAR
Switch on the powerdown-mode (e.g. before changing of the battery, to save the values).
To switch it on, press right and left button short simultaneously, display fades out and CM 4.4A is in powerdown-mode. By short pressing of any button, CM 4.4A starts again and displays normal mode.

Reset / Löschen
Here you can delete all values (including the total values). For this press right and left button short simultaneously, display shows 'reset' and then normal mode.

If you only want to delete the day values, press right and left button for three seconds in normal mode.

3. Functions

The CM 4.4A has an automatic start/stop when on the handlebar bracket.
That means, 4 sec. after the first wheel turn the display shows normal mode and the current speed.
1 minute after the last wheel turn (and without a button is pressed) the display changes to an "energy save" mode.
If the wheel turns or a button is pushed, the computer will resume normal functions.
CM 4.4A has got three modes: Bike 1, Bike 2, and Non-Bike mode.
To switch from one mode to another, simultaneously press the right and left buttons briefly (switching is only possible if speed = 0).

The centre display shows ① or ② depending on whether the selected mode is Bike 1 or Bike 2. The Non-Bike mode doesn't show any figures in the display. The Non-Bike mode can be used for tours without a bike (e.g. with a dedicated wristlet). It only shows values which have nothing to do with the bike movements.
The optional heart rate measuring works also without speed signal: when CM 4.4A is in normal mode (by pressing any button or auto-start), the heart rate receiver is automatically switched on.
And as long as a heart rate is shown in the display, there is no automatically switching to sleep mode.

To reset all day values, press right and left button for three seconds.

The CM 4.4A has a three-lined display. In the centre part the current speed is shown, with a small ① or ② left beside, that shows whether the current values are valid for bike 1 or bike 2.
To advance the **functions** of the **upper display**, press **right button**, to advance the functions of the **lower display** press **left button**.
Always short pressing of the centre button shows the sub-functions of the function in the lower display.

Important for all sufunctions: display shows settings for 10 seconds befor switching back to main function.

Functions of upper display:
TM – Daily Ride Time (pict. 2)
DST – Daily distance (pict. 4)
Altitude (pic. 3)
HR (♥)
Time (pict. 1)

Function of centre display:
SPD – Current Speed
Inidcates the current speed in km/h or m/h .
Range: 0 to 199,9 km/h or m/h
An arrow on the left side of the display displays, whether the current speed is faster (arrow up) or slower (arrow down) than the current average speed.

Functions of lower display:
DST – Daily Distance (pict. 5)
Displays the distance ridden up to now in kilometres or miles..
Range: 0 to 999,99 km or mi

TOT – total distance **(pict. 6)**
Sub-function "Daily Distance"
Displays the total distance ridden up to now in kilometres or miles (since last reset or battery change).
Range: 0 to 99999 km or mi

∑***TOT – sum of total distance of bike 1 and bike 2*** **(pict. 7)**
Sub-function of "Daily Distance"
Displays the sum of the total distance ridden up to now in kilometres or miles (since last reset or battery change) of bike 1 and bike 2.
Range: 0 to 199999 km or mi

Current Altitude (pict. 18)
Displays the current altitude (above sea level). The altitude is displayed in intervals of 1 meter. It is determined by the barometric pressure. For this reason, the altitude value is dependent on weather variations.
Range: -300 to +6000 m or ft.

Attention! The altitude values will be added together from the signals received from the bike. In the Non-Bike mode they will be added together during the whole time.

Daily distance of altitude upwards (pict. 19)
Sub-function of „Current Altitude"
Displays the altitude travelled upwards.
Range: 0 to 20000 m or ft

Daily distance of altitude downwards (pict. 20)
Sub-function of „Current Altitude"
Displays the altitude travelled downwards.

MAX – maximum altitude (pict. 21)
Sub-function of „Current Altitude"
Displays maximum altitude of the tour.
Range: -300 to +6000 m or ft.

TOT – total of altitude upwards (pict. 22)
Sub-function of „Current Altitude"
Displays total distance of altitude upwards
Range: 0 to 20000 m or ft

TOT – total altitude downwards (pict. 23)
Sub-function of „Current Altitude"
Displays total distance of altitude downwards
Range: 0 to 20000 m or ft

∑TOT sum of altitudes from Bike 1 and Bike 2 (pict. 24)
(This function doesn't exist in No-Bike mode)
Sub-function of „Current Altitude"
Displays sum of altitude upwards.
Range: 0 to 20000 m or ft

Current ascent / descent (pict. 25)
Displays current ascent or descent as percentage. The symbol on the left side of the display shows whether it is ascent (◢) or descent (◣). Range: 0 to 100%

Attention: For technical reasons, the current percentage will only be shown after 50 - 100 m. This depends also on your speed.

Average ascent (pict. 26)
Sub-function of „Current ascent/descent"
Displays the average of the ascent values recorded so far.
Range: 0 to 100%

Average descent (pict. 27)
Sub-function of „Current ascent/descent"
Displays the average of the descent values recorded so far.
Range: 0 to 100%

Maximum Ascent (pict. 28)
Sub-function of „Current ascent/descent"
Displays the maximum of the ascent values recorded so far.
Range: 0 to 100%

Maximum Descent (pict. 29)
Sub-function of „Current ascent/descent"
Displays the maximum of the descent values recorded so far.
Range: 0 to 100%

Ø – Average Speed (pict. 8)
Displays the current average speed in km/h or mi/h.
Range: 0 to 199,9 km/h or m/h (the decimal place is highranking)

MAX – Maximum Speed **(pict. 9)**
Sub-function of "Average speed"
Displays the highest speed so far in km/h or mi/h.
Range: 0 to 199,9 km/h or m/h (the decimal place is highranking)

Temperature (pict. 30)
Displays current temperature
Range: -10 to +50 °C or °F

Attention: If you carry the CM 4.4A on your body, the measured temperature can vary from outside temperature.

MIN – Minimum Temperature (pict. 31)
Sub-function of „Temperature"
Displays minimum measured temperature.
Range: -10 to +50 °C or °F

MAX – Maximum Temperature (pict. 32)
Sub-function of "Temperature"
Displays maximum measured temperature.
Range: -10 to +50 °C or °F

Time (pict. 10)
Displays the current time.
Range: 00:00:00 to 23:59:59 or 12:00:00 to 11:59:59 AM/PM

Date **(pict. 11)**
Sub-function of "Time"
Displays the current date (dd.mm.yy).

TM – daily ride time (pict. 12)
Displays the current daily ride time.
Range: 0 to 9:59:59 h

TOT – total ride-time **(pict. 13)**
Sub-function "Daily Ride Time"
Displays the total ride time (since last reset or battery change).
Range: 0 to 999:59 h

∑***TOT – sum of total ride time of bike 1 and bike 2*** **(pict. 14)**
Sub-function of function daily ride time
Displays the sum of the total ride time (since last reset or battery change) of bike 1 and bike 2.
Range: 0 to 999:59 h

The following functions (heart rate and calorie consumption) only appear, if heart rate is switched on in the setting mode (for the measuring of heart rate you need the separately available heart rate-set).

HR - heart rate (pict. 36)
Indicates the current heart rate (bpm = beats per minute)
Range: 0 to 250 bpm
On the right side of the lower display an arrow shows, whether the current heart rate is below (▼), within (▼▲) or above (▲) the set heart rate limits.

Ø - average heart rate (pict. 37)
Sub-function of heart rate function
Indicates the average heart rate (since last reset).
Range: 0 to 240 bpm

MAX - maximum heart rate (pict. 38)
Sub-function of heart rate function
Indicates the maximum heart rate reached (since last reset).
Range: 0 to 240 bpm

Training time below the lower limit set for heart rate (pict. 39)
Sub-function of the heart rate measurement function.
Displays the training time during which heart rate dropped below the lower limit set.
(since last reset).
Range: 0 to 9:59:59 h

Training time within the limits set for heart rate (pict. 40)
Sub-function of the heart rate function.
Indicates the training time during which heart rate was within the limits set (since last reset).
Range: 0 to 9:59:59 h

Training time above the upper limit set for heart rate (pict. 41)
Sub-function of heart rate function.
Indicates the training time during which heart rate exceeded the upper limit set (since last reset).
Range: 0 to 9:59:59 h

kCal - Calorie consumption (pict. 42)
Indicates the current calorie consumption (since last reset).
Range: 0 to 99999 kCal

TOT - total calorie consumption (pict. 43)
Sub-function of calorie consumption function
Indicates the total calorie consumption (since last reset or battery change)
Range: 0 to 99999 kCal

The following function only appears, if switched on in the setting mode (for the measuring of the cadence you need the separately available cadence set).

CAD - cadence (pict. 33)
Indicates the current cadence (rpm = rounds per minute)
Range: 0 to 250 rpm

Ø - *average cadence* **(pict. 34)**
Sub-function of function cadence
Indicates the average cadence.
Range: 0 to 250 rpm

MAX - maximum cadence **(pict. 35)**
Sub-function of function cadence
Indicates the maximum reached cadence.
Range: 0 to 250 rpm

4. CICLO*InZone*®-Philosophy and use

CICLO*InZone*® is a solution for the very best personalisation of your training routine.

It is possible to calculate the optimum training threshold with the CICLO*InZone*® function on the basis of your personal data and your pulse rate when at rest.

CICLO*InZone*® is the ideal solution for personalised cardio training applied to any sport, from jogging and cross-country running to road and indoor cycling.

Improve your fitness? – Lose weight? – Train whilst always taking your health into consideration? Everyone will find the correct aim to follow in their training. But how do you train to achieve those aims in the most efficient possible manner? How do you find the right intensity of effort during the training? CICLO*InZone*® is the optimum training ZONE for effort, resistance and weight loss.

What does CICLO*InZone*® do?
It calculates the optimum training zone for effort, resistance and weight loss.

The values vary from person to person and they offer a valid training support – always staying between 70 % and 85 % of the maximum heart rate.

(+/- 5% of tolerance, taking into consideration the actual heart rate when at rest and the level of training).
The question of burning fat is seen in the "correct" light with CICLO*InZone*® – on the basis of the personal data collected.

5 . Battery change

CM 4.4A: Open battery cap with a coin (unscrew to the left). Insert battery type CR2032 (please use battery with smooth minus-pole) with plus-pole facing up. Close battery cap, being sure not to over tighten. After inserting the battery the display will show normal mode.

If nothing or incomprehensible signs appear in the display, press the AC-button on the rear of the computer with help of a ballpoint pen or a similar object. Attention: this will delete all values and setting.
(Battery change in the optional chest belt works in the same way.)

Transmitter: Open battery cap at the top of the transmitter with a coin (unscrew to the left), remove old battery and insert new 12 V battery, type 23A (with pluspole facing up). Close battery cap, being sure not to over tighten.

Please do not throw away battery in your normal garbage.

6. Trouble shooting

Faulty or no display
- check to see if battery is installed properly or replace battery (Attention: removing battery will clear all settings and values in the CM 4.4A)
- press AC-button on the rear of the computer

Speed not displayed
- check to see if wheel-sensor is mounted properly
- check the position of the spoke magnet (max. 3 mm distance to wheel-sensor)
- make sure CM 4.4A is mounted in bracket correctly
- check wheel circumference

Speed to high or to low
- check wheel circumference
- check to see if you are using miles or kilometers

Incorrect display of altitude:
- Check the home altitude (basic settings). Perhaps the settings were made incorrectly.
- Changing barometric pressure as a result of changing weather (readjust current altitude)

No heart rate displayed or values displayed are incorrect or unstable
- proof whether heart rate is switched on in setting mode
- Check transmitter belt (battery)
- Skin too dry or cold
- Distance between CM 4.4A and transmitter belt is too great (max. 60 cm)

Cadence is not displayed or value incorrect or unstable
- Check whether switched on in setting mode
- Check sensor and magnet for correct installation

7. Guarantee

We offer a guarantee for 24 months from the date of purchase on the CM 4.4A. The guarantee is limited to material and processing faults. The batteries are excluded from the guarantee.

The guarantee is valid only if the computer, with accessories, has been handled and maintained carefully and according to operating instructions.

To return the CM 4.4A under conditions/terms of the guarantee, please refer to your dealer, your local distributor or send the computer with the proof of purchase (date) and all accessories and with sufficient postage, to:

CicloSport Service
K. W. Hochschorner GmbH
Einsteinstr. 39a
D-82152 Martinsried

ciclo-service@ciclosport.de
www.ciclosport.com

Please read through the instruction manual carefully before sending us your computer and check the battery. An exchange-device or the repaired device will sent back to you free of charge if justifiable guarantee-claims have come into question. Please contact our local distributor.

Repair: If your CM 4.4A is sent in for repair (or battery change) or if a guarantee claim is not valid, repairs up to EUR 19.- will be carried out automatically. In case of higher repair costs you will be notified. The repaired device will be sent back COD.

Disposal of Old Electrical & Electronic Equipment (Applicable in the European Union and other European countries with separate collection systems)
This symbol on the product or on its packaging indicates that this product shall not be treated as household waste. Instead it shall be handed over to the applicable collection point for the recycling of electrical and electronic equipment. By ensuring this product is disposed of correctly, you will help prevent potential negative consequences for the environment and human health, which could otherwise be caused by inappropriate waste handling of this product. The recycling of materials will help to conserve natural resources. For more detailed information about recycling of this product, please contact your local city office, your household waste disposal service or the shop where you purchased the product.

Guarantee certificate:

Sender:

Name ______________________

First name ______________________

Street, No. ______________________

Code/Location ______________________

Telephone (during the day) ______________________

Fax ______________________

E-Mail ______________________

Reason for return:

____

____

____

____

____

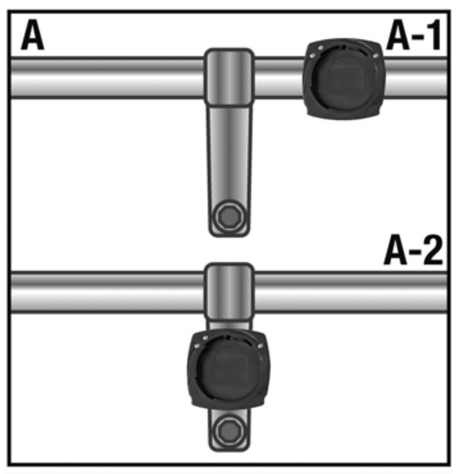
After expiry of the guarantee: Repairs should be carried out up to a

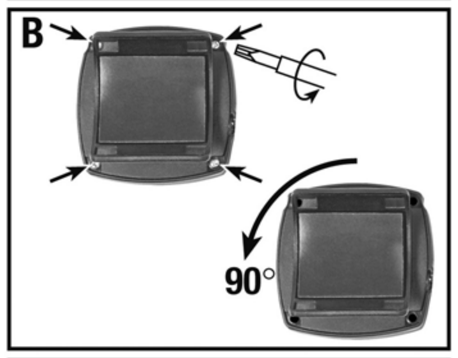
value of Euro _____________

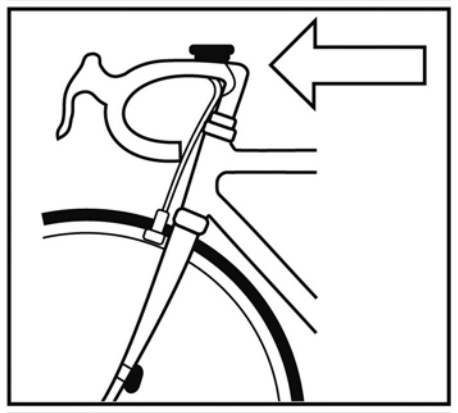
CICLOSPORT®
SPORTS INFORMATION SYSTEMS

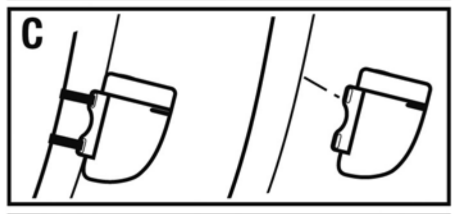
CICLOMASTER®

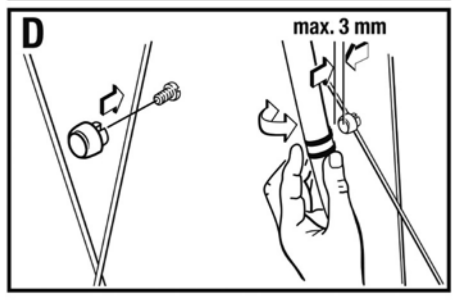
CM 4.4A

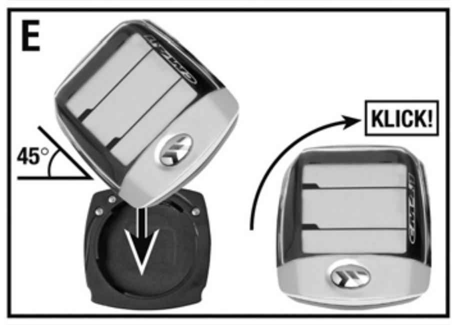


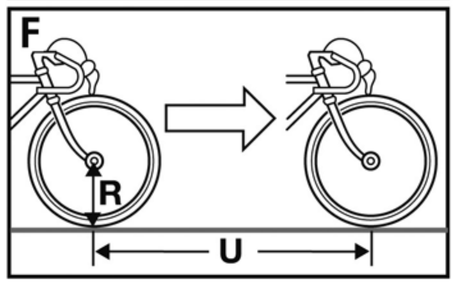












G

Dimension du pneu		Tour de roue
40-559	26 x 1,5	2026 mm
44-559	26 x 1,6	2051 mm
47-559	26 x 1,75	2070 mm
50-559	26 x 1,9	2026 mm
54-559	26 x 2,00	2089 mm
57-559	26 x 2,125	2114 mm
37-590	26 x 1 3/8	2133 mm
32-620	27 x 1 1/4	2199 mm
40-622	28 x 1,5	2224 mm
47-622	28 x 1,75	2268 mm
40-635	28 x 1 1/2	2265 mm
37-622	28 x 1 3/8	2205 mm
20-622	700 x 20C	2114 mm
23-622	700 x 23C	2133 mm
25-622	700 x 25C	2146 mm
28-622	700 x 28C	2149 mm
32-622	700 x 32C	2174 mm

F MODE D'EMPLOI

Toutes nos félicitations !

En achetant le **CICLO*MASTER* CM 4.4A**, vous vous équipez d'un compteur de vélo de la plus haute précision.
Il s'agit d'un modèle électronique de pointe, parfaitement étanche.
Le **CM 4.4A** permet de mesurer la fréquence de pédalage et la fréquence cardiaque. Vous pouvez acheter les accesoires nécessaires dans le commerce spécialisé.
Sa particularité: le système deux en un. C´est-à-dire vous pouvez l'utiliser avec deux vélos et demander la somme des valeurs ou les valeurs pour chaque vélo..
Veuillez lire attentivement ce mode d'emploi.

Contenu du kit:
- CICLOMASTER CM 4.4A
- Pile Type CR 2032
- Couvercle de pile
- Support du guidon avec dédecteur et attache de cable
- Aimant de rayon

1. Montage

Le support de guidon peut aussi bien s'installer sur le guidon que sur la potence.
ill. A: Montage au support (position A-1) et sur la potence (position A-2).possible
ill. B: Retirez le film protecteur situé sous le support de guidon pour le montage sur la potence.(position B)
Placez le support de guidon à l'endroit souhaité et appuyez légèrement. Fixez avec le joint torique.
ill. C: A l'aide de l'attache-câble, installez le capteur et coupez les bouts qui dépassent.
(écart max. au support de guidon 60 cm , le mieux est un montage du côté droit , support de guidon et capteur du même côté)
ill. D: Positionnez le capteur et l'aimant de telle manière que le fil indicateur du capteur soit en face de l'aimant.(écart max. 3 mm)
ill. E: Introduisez le CM 4.4A sur le support d´un quart de tour vers la gauche,puis d´un quart de tour vers la droite jusqu´au déclic(faites bien attention qu´il soit bien enclencer). Pour l´enlever, tournez le CM 4.4A d´un quart de tour vers la gauche et retirez-le du support du guidon.

1.1 Montage de la fréquence de pédalage optimale

Montage du support voir ci-dessus. Le câble est mené vers la manivelle (sur le côté gauche de préférence), le capteur du câble court doit être attaché en face de la manivelle avec le joint torique, le sensor du câble long doit être attaché sur la roue arrière (ne pas encore fixer l'attache-câble). L'aimant de fréquence de pédalage doit être attaché à la manivelle, l'aimant de rayon est attaché sur un rayon de la roue arrière (la distance au sensor doit être max. 3 mm). Important : l'aimant doit passer près de la marque du capteur. Vous pouvez maintenant démarrer la mesure de fréquence de pédalage du CM 4.4A (voir chap. 2.1), tourner la manivelle et la roue arrière, pour vérifier si les signaux arrivent au CM 4.4A. Puis fixez l'attache-câble.

1.2 Mise en place de la bandelette émettrice (optional)

Attention: en règle générale, toute personne qui se soumet à des entraînements de fitness doit passer un contrôle médical portant sur son état de santé général, en ce qui concerne notamment les débutants et les adultes de plus de 35 ans d'âge, ainsi que tous ceux qui auraient subi dans le passé des maladies ou des accidents. Si des facteurs de risque devaient être décelés tels que le tabac, des valeurs excessives de tension sanguine, des taux élevés de cholèstérol dans le sang, du diabète, une carence de mouvement et un excès de poids, il est conseillé de consulter en tout de cause un médecin.

Il est conseillé aux porteurs de pacemaker de n'adopter de cardiofréquencemètre qu'après avoir consulté leur médecin traitant.

Le sangle émettrice se branche sur la bande élastique pour le torse. Le transmetteur (l'élément en plastique présentant une inscription) devrait être placé sur le torse en position centrale, juste sous le sternum, de manière que l'inscription sur le transmetteur s'avère lisible (vue de face) (voir figure). Les électrodes intégrées dans la sangle, placées à gauche et à droite du transmetteur, doivent être au contact de la peau.
Tendre bien la bande de manière qu'elle ne puisse pas glisser et que soit assuré un contact constant avec le corps pendant le mouvement.
Si le CM 4.4A n'affiche aucune fréquence cardiaque, cela signifie probablement qu'il n'y a pas de contact entre la peau et les électrodes. Il suffit souvent d'humecter les électrodes et la peau sur laquelle elles sont placées. On obtient le meilleur contact avec un gel spécial pour électrodes (disponible en pharmacie).
Une mesure de la fréquence cardiaque est seulement possible, si la bande élastique pour le torse et le transmetteur sont attachés correctement et le CM 4.4A se trouve à la portée de l'émetteur (l'écart max. 60m).

2. Mise en service

Installation de la pile:
Placez la pile type CR2032 avec le pôle positif vers le haut. Fermez le boîtier à l'aide d'une pièce de monnaie.
Le CM 4.4A se trouve maintenant en mode réglage.
(Si l'écran n'affiche rien ou autre chose que souhaité, pressez le bouton AC sur la partie inférieure du compteur. Tous les réglages et mesures sont effacés).

2.1 Réglages

Pour revenir au mode réglage, appuyez de nouveau 3 secondes sur la touche du milieu. Sur le display apparait ‚SET BIKE1'.
Vous pouvez quitter le mode réglage en appuyant 3 secondes sur la touche du milieu.
(Si vous souhaitez changer l'affichage du CM 4.4A en texte allemand, appuyez la touche gauche, sur le display apparait ‚LANGUAGE'. Confirmez avec la touche du milieu et choisissez avec la touche droite entre ‚English' et ‚Deutsch'. Confirmez le choix avec la touche gauche et appuyez la touche droite brièvement pour retourner sur le display avec ‚SET BIKE1' ou ‚SET RAD1').
Puisque le CM 4.4A peut afficher des textes allemand et anglais, les affichages dans l'instructions sont dans les deux langues.
Avec la touche droite ou gauche vous pouvez choisir entre les differents modes d'emploi, en appuyant brièvement la touche du milieu le mode affiché est choisi.

Mode d'emploi possible:
SET ALT / SET HOEHE
SET BIKE1 / SET RAD1
SET CLOCK / SET UHR
SET HR / SET HF
SET MISC
EXIT / ENDE
LANGUAGE / SPRACHE

Chaque mode d'emploi peut avoir plusieurs possibilités de réglage.

Pour ces réglages: la valeur clignote en appuyant la touche droite (en tenant la touche appuyée les valeurs sont calculées plus rapidement), avec la touche gauche la valeur est enregistrée et la prochaine valeur est affichée.

SET ALTI / SET ALTITUDE
Ici vous pouvez régler les mesures d'altitude.
Choisir aves la touche du milieu.

ALTITUDE / HOEHE
Changer l'altitude actuelle
Plage des valeurs : -300 jusqu'à +6000 m ou ft
Réglez avec la touche droite ou gauche, continuez avec la touche gauche.
Ici vous pouvez changer l'altitude actuelle, par ex : si vous remarquez que pendant le trajet l'altitude indiquée du CM 4.4A s'éloigne de la réalité (à cause du vacilement de la pression atmosphérique).

HOME OFF / HEIM AUS
Allumer/éteindre la valeur Home pour la mesure de l'altitude
Pré-réglage : OFF
Réglez avec la touche droite, continuez avec la touche gauche.
Ici vous pouvez allumer ou éteindre la touche de retour automatique de l'altitude Home.

HOME ALT / ALTITUDE HOME
La valeur de départ pour la mesure d'altitude (valeur Home)
Plage des valeurs : -300 jusqu´à +6000 m ou ft
Réglez avec la touche droite et gauche, continuez avec la touche gauche.

Le CM4.3A posséde une mesure d´altitude barométrique , qui s´adapte automatiquement d´apres les changements de température, mais il peut y avoir des variations d´affichage selon les changements de pression (par ex. la nuit). Pour compenser ces variations mettez-la une altitude de départ (par ex. votre adresse , si vous démarrez le plus souvent de là)
A chque éffacement des valeurs du jour , l´altitude actuelle sera remise à la valeur donnée. Cette fonction devra être éteinte (par ex :pendant vos vacances) ou régler d´après la valeur de départ de votre lieu de vacances.

UNIT m
Réglage de l´unité de mesure pour l´affichage d´altiude
Pré-règlage : m (mètre)
Ici vous pouvez régler si l´affichage d´altitude doit être en mètre (m) ou en feet (ft)

UNIT °C
Règlage de l´unité de mesure pour l´affichage de la température
Pré-règlage : ° Celsius
Ici vous pouvez régler si l´affichage d´altitude doit être en °Celsius (C) ou en fahrenheit (F)

SET BIKE1 / SET VÈLO 1
Ici vous pouvez régler le vélo 1, comme les kilomètres en tout, périmètre de la roue, unité de mesures etc.
Chosir avec la touche du milieu.
Pour faire les réglages du vélo 2, appuyez dans le mode normal les touches de droite et gauche en même temps, puis affichez de nouveau le mode d'emploi (ici apparait alors SET BIKE2 / SET VÉLO2).

DAY DST / TAGES-DST
Réglage des kilomètres du jour
Pré-réglage: 000.00 km
Plage de valeur: 000.00 à 99999 km ou m.
Réglez avec la touche droite ou gauche, continuez avec la touche gauche.
Ici vous pouvez régler les kilomètres du jour, par ex: lors du trajet avec un livre Tour-Guide.
Cette fonction compte seulement les kilomètres parcourus.

TOT DST / GES.DST
Réglage des kilomètres totaux
Pré-réglage: 0000 km
Plage de valeur: 0 à 99999 km ou m
Réglez avec la touche droite et gauche, continuez avec la touche gauche.
Ici vous pouvez régler les kilomètres totaux.

Wheel/Radumf.
Réglage du tour de la roue
Pré-réglage: 2080 mm
Plage de valeur: 1000-3999 mm
Réglez avec la touche droite et gauche, continuez avec la touche gauche.
Ici vous pouvez régler le tour de la roue.

Reprenez la valeur correspondante du tableau (ill. G) ou mesurez vous-même la circonférence.
Pour mesurer le tour du pneu soi-même, faites une marque sur le pneu avant et sur le sol (à la craie, par exemple). Avancez exactement d'un tour de roue et marquez l'endroit sur le sol. (avec la bonne pression de gonflage et le poids du cycliste)
Mesurez (en mm) la distance exacte entre les deux marques – voir ill. F.

Unit km ou Unit mi
Réglage des mesures en kilomètres ou en milles
Pré-réglages: km
Réglez avec la touche droite, continuez avec la touche gauche.
Ici vous pouvez choisir si l'affiche doit être en kilomètre (km/h) ou en mille (m/h).

CAD OFF/TRITT AUS
Allumer/éteindre la fréquence de pédalage (ON/AN - OFF/AUS)
Préréglage: OFF/AUS
Réglez avec la touche droite, continuez avec la touche gauche.
Ici vous pouvez allumer ou éteindre la fréquence de pédalage. Pour utiliser cette fonction vous avez besoin du Set pour la fréquence de pédalage optionale.

SET CLOCK / SET UHR
Ici vous pouvez régler l'heure et la date.
Choisissez avec la touche du milieu.

Time / Heure
Réglage de l'heure
Plage de valeur: 00:00 à 23:59 ou 12:00 à 11:59 A/P
Réglez avec la touche droite et gauche, continuez avec la touche gauche.
Ici vous pouvez régler l'heure actuelle. En premier réglez l'heure, puis les minutes.

Year / Année
Réglage de l'année
Pré-réglage: 2007
Plage de valeur: 2007 à 2099
Réglez avec la touche droite, continuez avec la touche gauche.
Ici vous pouvez régler l'année actuelle.

Month / Mois
Réglage du mois
Pré-réglage: 01
Plage de valeur: 01 à 12
Réglez avec la touche droite, continuez avec la touche gauche.
Ici vous pouvez régler le mois actuel.

Day / Jour
Réglage du jour
Pré-réglage: 01
Plage de valeur: 01 à 31
Réglez avec la touche droite, continuez avec la touche gauche.
Ici vous pouvez régler la date du jour acutelle.

Clock / Zeit
Réglage de l'affichage de l'heure
Pré-réglage: 24
Réglez avec la touche droite, continuez avec la touche gauche.
Ici vous pouvez choisir entre le mode d'heure 24 et le mode d'heure 12 (AM/PM).

SET HR / SET HF
Ici vous pouvez démarrer les mesures de la fréquence cardiaque optionale et faire les réglages nécessaireS. Pour utiliser cette fonction, il vous faut la bandelette émettrice.avec la bande élastique.

HR OFF/ON / HF EIN/AUS (ALLUMÉ/ÉTEIND)
Alummer/éteindre la mesure de la fréquence cardiaque
Pré-réglage: OFF/ÉTEINT
Alummer/éteindre avec la touche droite, continuer avec la touche gauche

Fitness / Fitness
Réglage du niveau de condition physique
Pré-réglage: 3
Plage de valeur: 1 à 4
Réglez avec la touche droite ou gauche, continuez avec la touche gauche
Ici vous pouvez régler le niveau d'entraînement (nécessaire au calcul de CICLO*Inzone®*), qui correspond aux niveaux suivants:
1 - non entraîné
2 - moyennement entraîné
3 - bien entraîné
4 - top de la forme

Sex / Geschlecht (Sexe)
Réglage du sexe masculin ou féminin
Réglez avec la touche droite ou gauche, continuez avec la touche gauche.
Ici vous pouvez choisir entre le sexe masculin ou féminin (nécessaire au calcul de CICLO*Inzone®* et au calcul des calories)
M = male / masculin,
F / W = female / féminin

Weight / Gewicht (poids)
Réglage du poids
Pré-réglage: 070 kg
Plage de valeur: 20 à 220 kg
Réglez avec la touche droite ou gauche, continuez avec la touche gauche.
Ici vous pouvez régler le poids actuel de l'utilisateur (nécessaire au calcul de CICLO*Inzone®* et au calcul des calories).

Birthdate /Gebjahr (Année de naissance)
Réglage de l'année de naissance
Pré-Réglage: 1960
Plage de valeur: 1920 à 2006
Réglez avec la touche droite ou gauche, continuez avec la touche gauche.
Ici vous pouvez régler l'année de naissance de l'utilisateur (nécessaire au calcul de CICLO*Inzone®* et au calcul des calories).

InZone
Ici vous pouvez démarrer la calculation de la CICLO*Inzone®*, en appuyant les deux touches (pour la CICLO*Inzone®* voir également le chap.4).
Lorsque le calcul de la CICLO*Inzone®* doit être ignoré, appuyez brièvement la touche gauche.
Pour le calcul de la CICLO*Inzone®* on doit entrer d'abord le niveau de forme, le sexe, le poids et l'âge.
Pour calculer la CICLO*Inzone®*, mettez la sangle émettrice, prenez une position de repos (de préférence assis et relaxé), puis lancez la calculation CICLO*Inzone®* (démarrez en appuyant brièvement les deux touches).
Le CM 4.4A commence maintenant un compte à rebours de 5 minutes. Pendant ce temps, restez assis relaxé et calme. Le CM 4.4A mesure maintenant la fréquence cardiaque la plus basse dans cette période de temps (fréquence cardiaque au repos) et prend cela pour les calculations suivantes. Pendant le compte à rebours, la fréquence cardiaque mesurée la plus basse sera indiquée dans le display du bas. Après 5 minutes s'affiche la valeur inférieure de la CICLO*Inzone®* personelle calculée.

Lower HR / Untere Herzfrequenz (Limite inférieure de la fréquence cardiaque)
Ici vous pouvez régler votre limite inférieure de la fréquence cardiaque ou bien une valeur inférieur, individuelle calculée par CICLO*Inzone®* sera indiquée, dont le dépassement provoquera le déclenchement d'un signal optique (Affichage ▼ par une flèche à droite de la fréquence cardiaque dans le display du bas).
Réglez avec la touche droite ou gauche, continuez avec la touche gauche.

Upper HR / Obere Herzfrequenz (Limite supérieure de la fréquence cardiaque)
Ici vous pouvez régler votre limite inférieure de la fréquence cardiaque ou bien une valeur inférieur, individuelle calculée par CICLO*Inzone®* sera indiquée, dont le dépassement provoquera le déclenchement d'un signal optique (Affichage ▲ par une flèche à droite de la fréquence cardiaque dans le display du bas).
Réglez avec la touche droite ou gauche, continuez avec la touche gauche.

Max HR / Max HF (Fréquence cardiaque maximale)
Ici sera indiquée la valeur individuelle maximale, calculée par CICLO*Inzone®*.

SET MISC
Ici vous pouvez démarrer le mode économie d'élélictricité (Powerdown) ou faire un reset (éffacer toutes les valeurs).
Choisissez avec la touche du milieu.

Powerdown / STROMSPAR
Ici vous pouvez démarrer le mode économie d'élélictricité (par ex: avant de changer les piles pour garder les valeurs).
Pour cela appuyez les touches droite et gauche en même temps, le display du CM 4.4A devient noir et le mode économique est démarré. En appuyant brièvement une touche quelconque le CM 4.4A redémarre et se trouve dans le mode d'emploi normal.

Reset / Löschen
Ici vous pouvez éffacer toutes les valeurs (aussi les valeurs totales). Pour cela appuyez les touches droite et gauche en même temps, sur le display apparait ‚reset', ensuite le mode d'emploi normal réapparait. Pour éffacer seulement les valeurs du jour, appuyez dans le mode d'emploi normal les touches droite et gauche en même temps pour 3sec.

3. Fonctions

Toutes les fonctions (à l'exception de l'heure) ont un Start / Stop automatique pendant que vous roulez, c'est-à-dire que la mesure commence au démarrage et se termine 4 secondes après l'arrêt du vélo. 1 minute après le dernier tour de roue, le display devient noir. Pour redémarrer le display il suffit d'appuyer une touche ou de rouler.
Le CM 4.4A. a trois modes: Vélo 1 , Vélo 2 et Mode-non-vélo.
Pour passer d´un mode à l´autre , appuyez brièvement en même temps les touches droite et gauche (il n´est pas possible de changer si la vitesse = 0)
Sur l´écran du milieu à gauche est affiché un « ① » ou un « ② », si le CM 4.4A est au mode vélo 1 ou vélo 2.Il n´y aura aucun chiffre affiché si le CM 4.4A est en mode non-Vélo.
En mode-non-vélo le CM4.3A affiche seulement les valeurs indépendantes du vélo (valeur d´altitude, température,heure).
Ce mode est pour l´utilisation sans vélo (par ex. avec accessoire « bracelet »)
L'affichage de la fréquence cardiaque optionale marche aussi sans un signal de la roue: dès que le CM 4.4A est en mode d'emploi (en appuyant une touche ou le Auto-Start), l'émetteur de fréquence cardiaque est démarré automatiquement (lorsque la fonction de fréquence cardiaque est allumée dans le mode d'emploi). Tant que la fréquence cardiaque est indiquée sur le display, celui-ci ne passe pas automatiquement en veille.
Pour éffacer les valeurs du jour, appuyez les touches de droite et gauche pour 3 sec.en même temps. (Si la fonction altitude de départ est allumée , en éffacant , l´altitude actuelle sera remise à la valeur de départ).
Le display du CM 4.4A est partagé en trois parties. La vitesse est toujours affichée dans la partie du milieu, à gauche de la vitesse sont deux petits numéro 1 et 2, cela affiche si la valeur mesurée est pour le vélo 1 ou pour le vélo 2.
Les fonctions, qui sont affichées dans le display en haut, peuvent être régler avec la touche droite, les fonctions du display en bas avec la touche gauche.
En appuyant brièvement la touche du milieu , les sous-fonctions des fonctions apparaissent sur le display du bas.

Pour les sous-fonctions est valable : l´affichage apparaît- pour 10 sec. , puis apparaît de nouveau l affichage de chaque fontion principale.

Fonctions du display en haut:
(explication , voir « fonctions dans le display du bas «)
TM – durée du trajet du jour (ill. 2)
DST – distance du jour (ill. 4)
Altitude (ill. 3)
HR (♥)
Heure (ill. 1)

Fonctions du display du milieu:
SPD – vitesse actuelle
Montre la vitesse actuelle en km/h ou m/h.
Plage de valeur: 0 à 199,9 km/h ou m/h
Une flèche à gauche du display, montre si la valeur actuelle se trouve au-dessus (flèche vers le haut) ou en-dessous (flèche vers le bas) de la vitesse moyenne.

Fonction du display en bas:
DST – distance du jour
Affiche le trajet déjà fait en kilomètre ou en mille.
Plage de valeur: 0 à 99999 km ou m

TOT – distance actuelle
Sous-fonction de la fonction distance du jour
Montre les kilomètres parcourus en tout (depuis le dernier reset ou changement de pile).
Plage de valeur: 0 à 99999 km ou m.

∑TOT – somme distance totale du vélo 1 et du vélo 2
Sous-fonction de la fonction distance du jour
Montre la somme des kilomètres parcourus en tout ,du vélo 1 et du vélo 2 (depuis le dernier reset ou changement de pile).
Plage de valeur: 0 à 99999 km ou m

Altitude actuelle (ill. 18)
Montre l´altitude actuelle (au-dessus du niveau de mer).
L´affichage de l´altiude se fait en pas de 1-m. Comme l´altitude dépend de la pression atmosphérique , elle est dépendante du temps.
Plage des valeurs : -300 jusqu´à +6000 m ou ft
Attention : les mètres d´altitude seront seulement additionnés , pendant que les signaux du vélo seront recus. En mode-non-vélo les mètres d´altitude seront toujours additionnés.
Le CM 4.4A a une hysterese de 2 m , c.a.d. les valeurs s´additionnent à partir d´un écart d´altitude de 2 m.

Altimètre du jour en côte (ill. 19)
Sous-fonction de la fonction altitude actuelle.
Montre les mètres d´altitude parcourus en côte jusqu´à maintenant.
Plage de valeur : 0-20000 m ou ft

Altimètre du jour en descente (ill. 20)
Sous-fonction de la fonction altitude actuelle.
Montre les mètres d´altitude parcourus en descente jusqu´à maintenant

MAX – Altitude maximale (ill. 21)
Sous-fonction de la fonction altitude actuelle.
Montre les mètres d´altitude parcourus le plus pendant un tour.
Plage des valeurs : -300 jusqu´à +6000 m ou ft

TOT – Total des mètres d´altitude en côte (ill. 22)
Sous-fonction de la fonction altitude actuelle.
Montre la somme des mètres d´altitude parcourus en côte jusqu´à maintenant.
Plage de valeur : 0-20000 m ou ft

TOT- Total des mètres d´altitude en descente (ill. 23)
Sous-fonction de la fonction altitude actuelle.
Montre la somme des mètres d´altitude parcourus en descente jusqu´à maintenant.
Plage de valeur : 0-20000 m ou ft

∑TOT – Somme totale des mètres d´altitude du vélo 1 et vélo 2 (ill. 24)
(cette fonction n´apparaît pas en mode non-vélo)
Sous-fonction de la fonction altitude actuelle.
Montre la somme des mètres d´altitude parcourus en côte jusqu´à maintenant.
Plage de valeur : 0-20000 m ou ft

Pente / descente actuelle (ill. 25)
Montre la pente ou la descente parcourue du moment en pourcentage.
Alors le symbole à gauche sur le display , montre , si c´est une pente ou une descente.
Plage de valeur : 0 – 100 %

Attention : l ´affichage correcte du pourcentage apparaît seulement au début d´une pente ou descente après 50-100 m . Cela dépend de la vitesse.

Pente moyenne (ill. 26)
Sous-fonction de la fonction pente/descente actuelle.
Montre la pente moyenne jusqu´à maintenat.
Plage de valeur : 0 – 100 %

Descente moyenne (ill. 27)
Sous-fonction de la fonction pente/descente actuelle.
Montre la descente moyenne jusqu´à maintenat.
Plage de valeur : 0 – 100 %

Pente maximale (ill. 28)
Sous-fonction de la fonction pente/descente actuelle.
Montre la pente maximale jusqu´à maintenat.
Plage de valeur : 0 – 100 %

Descente maximale (ill. 29)
Sous-fonction de la fonction pente/descente actuelle.
Montre la descente maximale jusqu´à maintenat.
Plage de valeur : 0 – 100 %

Ø – vitesse moyenne (ill. 8)
montre la vitesse moyenne actuelle en km/h ou m/h.
Plage de valeur: 0 à 199,9 km/h ou m/h (la valeur de la virgule est montée)

***MAX – vitesse maximale* (ill. 9)**
montre la vitesse maximale en km/h ou m/h
Plage de valeur: 0 à 199,9 km/h ou m/h (la valeur de la virgule est montée)

Température (ill. 30)
Montre la température mesurée du moment.
Plage de valeur -10 jusqu´à + 50 °C ou °F

Attention : la température mesurée peut varier si vous portez le CM 4.4A au corps.

MIN – température minimale
Sous-fonction de la fonction température
Montre la température la plus basse mesurée jusqu´à maintenant.
Plage de valeur -10 jusqu´à + 50 °C ou °F

MAX – température maximale
Sous-fonction de la fonction température
Montre la température la plus haute mesurée jusqu´à maintenant.
Plage de valeur -10 jusqu´à + 50 °C ou °F

L'heure (ill.10)
montre l'heure actuelle
Plage de valeur: 00:00:00 à 23:59:59 ou 12:00:00 à 11:59:59 AM/PM

Date (ill.11)
Sous-fonction de la fonction heure
montre la date actuelle en forme TT.MM.JJ.

TM /– durée du trajet du jour (ill. 12)
montre la durée du trajet actuelle
Plage de valeur: 0 à 9:59:59 h

***TOT – durée du trajet totale* (ill. 13)**
Sous-fonction de la fonction durée du trajet du jour
montre la durée du trajet totale (depuis le dernier reset ou changement de pile).
Plage de valeur: 0 à 999:59 h

***∑TOT – somme durée du trajet total du vélo 1 et du vélo 2* (ill. 14)**
Sous-fonction de la fonction durée du trajet du jour
montre la somme de la durée du trajet total du vélo 1 et du vélo 2 (depuis le dernier reset ou changement de pile).
Plage de valeur: 0 à 999:59 h

La fonction si-dessous apparait seulement si elle a été démarrée dans le mode d'emploi (pour mesurer la fréquence de pédalage, vous aurez besoin du set de fréquence de pédalage).

CAD - fréquence de pédalage (ill. 33)
montre la fréquence de pédalage actuelle (en rpm = tour par minute)
Plage de valeur: 0 à 250 rpm

***Ø - fréquence de pédalage moyenne* (ill. 34)**
Sous-fonction de la fonction fréquence de pédalage
montre la fréquence de pédalage moyenne (depuis le dernier reset).
Plage de valeur: 0 à 250 rpm

***MAX - fréquence de pédalage maximale* (ill. 35)**
montre la fréquence de pédalage maximale (depuis le dernier reset).
Plage de valeur: 0 à 250 rpm
Les fonctions suivante (fréquence cardiaque et consommation de calories) ne s'affiche que si la fréquence cardiaque a été mise en marche en mode de réglage et si un émetteur de fréquence cardiaque a été initialisé.

HR - Fréquence cardiaque (ill. 36)
Indique la fréquence cardiaque momentané (en bpm = beats per minute / coup par minute)
Plage de valeur: 0 à 250 bpm
Dans le display du bas, à droite de la fréquence cardiaque est affiché par une flèche, si la fréquence cardiaque est inférieure, à l'intérieure ou supérieure de la limite de fréquence cardiaque.

Ø - fréquence cardiaque moyenne (ill. 37)
Sous-fonction de la fonction fréquence cardiaque (depuis le dernier reset).
Indique la fréquence cardiaque en moyenne
Plage de valeur: 0 à 250 bpm

MAX - fréquence cardiaque maximale (ill. 38)
Sous-fonction de la fonction fréquence cardiaque
Indique la fréquence cardiaque maximale (depuis le dernier reset).
Plage de valeur: 0 à 250 bpm

Temps inférieure à la limite de la fréquence cardiaque (ill. 39)
Sous-fonction de la fonction fréquence cardiaque
Indique le temps, qui se trouvait inférieur à la limite inférieur de la fréquence cardiaque (depuis le dernier reset).
Plage de valeur: 0 à 9:59:59 h

Temps à l'intérieur de la fréquence cardiaque (ill. 40)
Sous-fonction de la fonction fréquence cardiaque
Indique le temps, qui se trouvait à l'intérieur de la fréquence cardiaque (depuis le dernier reset).
Plage de valeur: 0 à 9:59:59 h

Temps supérieur à la limite de la fréquence cardiaque (ill. 41)
Sous-fonction de la fonction fréquence cardiaque
Indique le temps, qui se trouvait supérieur à la limite supérieur de la fréquence cardiaque (depuis le dernier reset).
Plage de valeur: 0 à 9:59:59 h

kCal - consommation de calories (ill. 42)
Indique la consommation de calories (depuis le dernier reset).
Plage de valeur: 0 à 99999 kCal

TOT - consommation de calories totale (ill. 43)
Sous-fonction de la fonction consommation de calories
Indique la consommation de calories (depuis le dernier reset ou changement de pile).
Plage de valeur: 0 à 99999 kCal

4. CICLO*InZone*® Philosophie et utilisation

CICLO*Inzone*® est une solution pour personnaliser au mieux votre entraînement. Sur la base de données personnellees et du battement du pouls à repos, il est possible de calculer grâce à la fonction CICLO*Inzone*®. le seuil optimal d´entraînement
CICLO*Inzone*® est la solution idéale pour le cardiotraining personnalisé appliqué à n´importe quel sport , de la course , à la randonnée nordique à la bicyclette , au cyclisme indoor...
Améliorer sa condition physique ?- perdre du poids ?- s´entraîner sans jamais perdre de vue sa santé? Chacun trouvera son juste objectif à poursuivre pendant son entraînement.Mais comment s´entraîne-t-on pour atteindre de la manière la plus efficace possible ses propres objectifs ? Comment repère-t-on la bonne intensité d´effort pendant l´entraînement CICLO*Inzone*® est le ressort d´entraînement optimal pour la force , la résistance et pour maigrir .

Que peut le CICLO*InZone*®?
Il calcule le ressort d´entraînement optimal pour la force , la résistance et pour maigrir .
Les valeurs varient d´une personne à l´autre et offrent un soutien valable pour conduire l´entraînement , en le maintenant toujours de 70 à 85% de la fréquence cardiaque maximale.
(+/-5% de tolérance , compte tenu de la fréquence cardiaque effective à repos et du niveau d´entraînement)
Avec CICLO*Inzone*® le problème de brûler des graisses est placé sous sa „juste" lumière , montrant que moins n´est pas toujours plus .

5. Remplacement de la pile

CM 4.4A Au dos de l´ordinateur, tournez le couvercle du boîtier de la pile vers la gauche à l'aide d'une pièce de monnaie. Enlevez l'ancienne pile et installez une nouvelle pile au lithium CR 2032 de 3 V avec le pôle positif vers le haut. Replacez ensuite le couvercle du boîtier de la pile.
(Le remplacement de la pile fonctionne également par la bandelette émettrice d´option)
Compteur (de vitesse). Au dos du compteur, tournez le couvercle du boîtier de la pile vers la gauche à l'aide d'une pièce de monnaie. Enlevez l'ancienne pile et installez une nouvelle pile de 12 volt, type 23A . Avec le pôle positif vers le haut. Replacez ensuite le couvercle du boîtier de la pile.
Veuillez ne pas jeter la pile usagée à la poubelle, mais affectez-la plutôt au recyclage.

6. Guide de dépannage

Affichage anormal ou aucun affichage
- Vérifiez l'emplacement de la pile ou remplacez la pile

Pas d'affichage de la vitesse momentanée
- Vérifiez le montage de l'émetteur
- Vérifiez si l'aimant est correctement monté sur le rayon (à 3 mm maximum de l'émetteur, juste en face de la marqu e)
- Vérifiez si CM 4.4A est bien encllenché sur le support du guidon
- Vérifiez le réglage de la circonférence de la roue

Indication de vitesse incorrecte
- Vérifiez le réglage de la circonférence de la roue contrôlez l'unité de mesure

Altitude affiche des valeurs fausses
- vérifiez l´altitude du départ, possibilité de valeurs incorrectes données.
- Pression atmosphérique a changé , par ex. changement de temps (régler l´altitude actuelle)

La fréquence cardiaque n est pas affichée ou la valeur de la fréquence cardiaque est incorrecte
- vérifiez si la fonction fréquence cardiaque est activée
- vérifiez la bandelette émettrice (la pile)
- la peau est trop sèche / trop froide
- distance entre le CM 4.4A et la bandelette émettrice est trop grande

La fréquence de pédalage n´est pas affichée ou la valeur de la fréquence de pédalage est incorrecte
- vérifiez si la fonction de fréquence de pédalage est activée
- vérifiez le montage de la fréquence de pédalage
- distance entre le sensor de la fréquence de pédalage est l´aimant de la fréquence de pédalage trop grande (max. 3mm)

7. Garantie

La durée de garantie du CM 4.4A est de 24 mois. La garantie ne concerne que les défauts de matériaux et de fabrication. Les piles ne sont pas sous garantie.
La garantie n'est valable que si l'ordinateur et ses accessoires auront été utilisés avec précaution et conformément aux instructions prévues dans la Notice d'utilisation.
Pour faire appel à la garantie, veuillez contacter votre revendeur ou votre distributeur local ou bien envoyer l'ordinateur et ses accessoires ainsi que la facture (date) sous plis affranchi au tarif en vigueur à l'adresse suivante:

CicloSport Service
K. W. Hochschorner GmbH
Einsteinstr. 39a
D-82152 Martinsried

ciclo-service@ciclosport.de
www.ciclosport.com

Avant de nous envoyer l'appareil, relisez attentivement la Notice d'utilisation et vérifiez la pile.
Si vous bénéficiez des droits de garantie, nous vous renverrons l'appareil réparé ou nous vous le remplacerons.

Réparations : Si l'appareil nous est envoyé pour réparation (ou remplacement de pile) ou si les droits de garantie ne vous sont pas accordés, une réparation (ou un remplacement de pile) sera effectuée automatiquement jusqu'à un montant de 19 euros.
Puis l'appareil réparé vous sera renvoyé contre remboursement.

Traitement des appareils électriques et electroniques en fin de vie (Applicable dans les pays de l'Union Européenne et aux autres pays européens disposant de systèmes de collecte sélective)
Ce symbole, apposé sur le produit ou sur son emballage, indique que ce produit ne doit pas être traite avec le déchets ménagers. Il doit être remis à un point de collecte approprié pour le recyclage des équipments électriques et électroniques. En s'assurant que ce produit est bien mis au rebus de manière appropriée, vous aidrez à prévenir les conséquences négatives potentielles pour l'environnement et le santé humaine. Le recyclage des matériaux aidera à conserver les ressources naturelles. Pour toute information supplémentaire au sujet du recyclage de ce produit, vouz pouvez contacter votre municipalité, votre déchetterie ou le magasin où vous avez achaté le produit.

Certificat de garantie:

Expéditeur :

Nom

Prénom

Rue, Numéro

Code postal/Ville

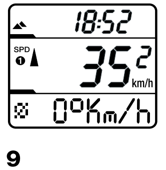
Numéro de téléphone

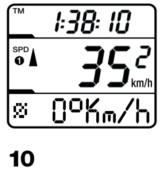
Fax

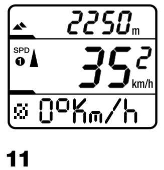
E-Mail

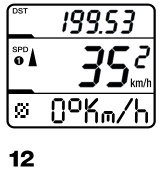
Raison de l'envoi :

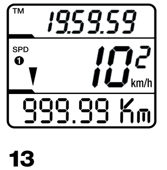
Après le delai de garantie les
réparations devront être faites jusqu'à Euro

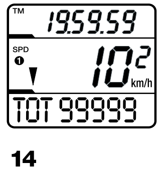
1


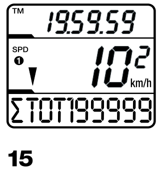
2


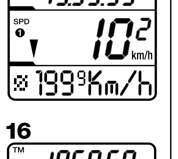
3


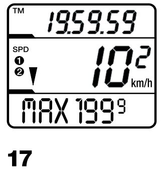
4


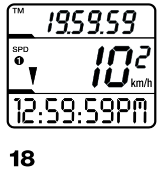
5


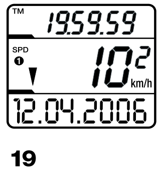
6


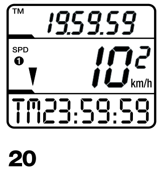
7


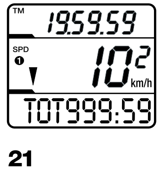
8


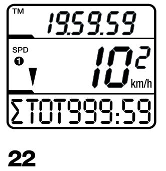
9


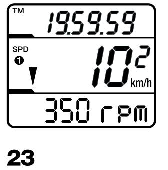
10


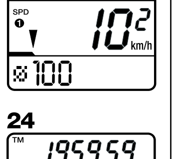
11


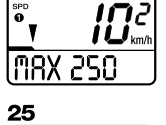
12


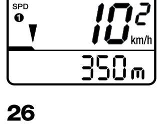
13


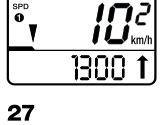
14


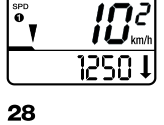
15


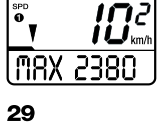
16


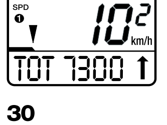
17


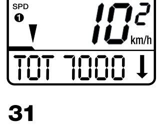
18


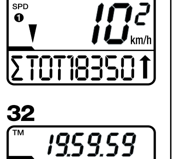
19


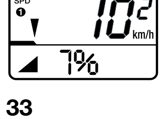
20


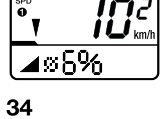
21


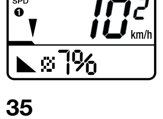
22


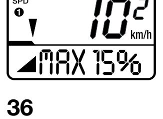
23


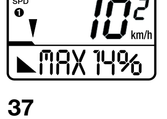
24


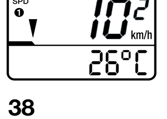
25


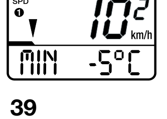
26


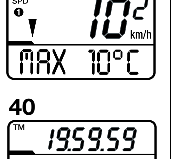
27


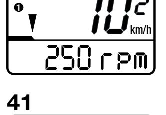
28


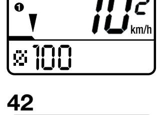
29


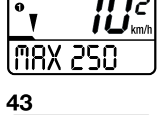
30


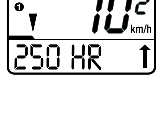
31


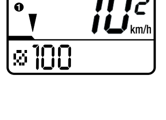
32


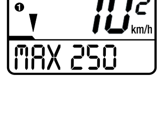
33


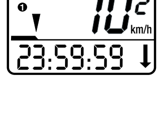
34


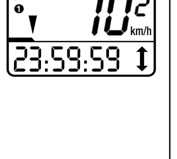
35


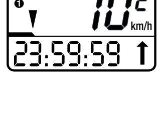
36


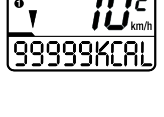
37


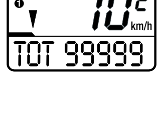
38


39


40


41


42


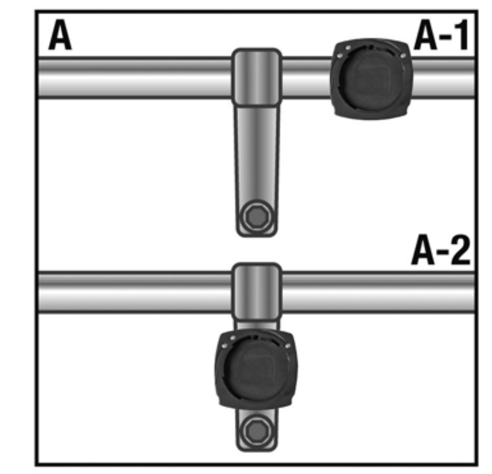
43


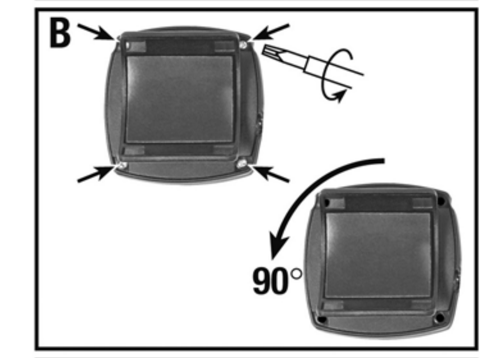
www.ciclosport.com

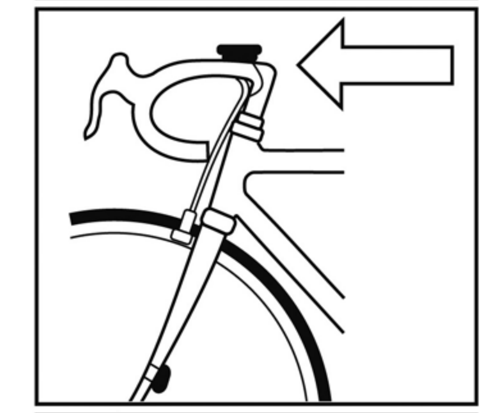
CICLOSPORT®
SPORTS INFORMATION SYSTEMS

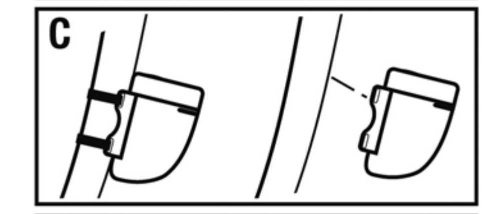
CICLOMASTER®

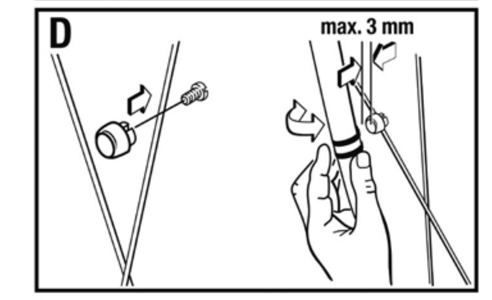
CM 4.4A

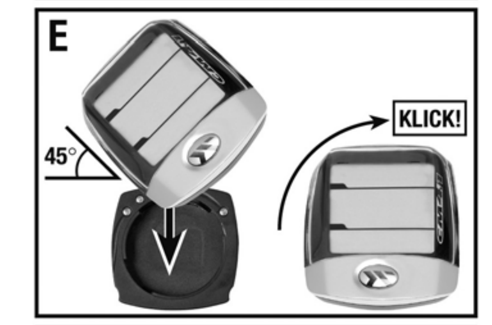


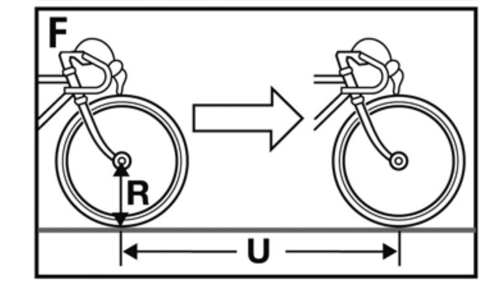












G

Dimensione pneumatico		Circonferenza
40-559	26 x 1,5	2026 mm
44-559	26 x 1,6	2051 mm
47-559	26 x 1,75	2070 mm
50-559	26 x 1,9	2026 mm
54-559	26 x 2,00	2089 mm
57-559	26 x 2,125	2114 mm
37-590	26 x 1 3/8	2133 mm
32-620	27 x 1 1/4	2199 mm
40-622	28 x 1,5	2224 mm
47-622	28 x 1,75	2268 mm
40-635	28 x 1 1/2	2265 mm
37-622	28 x 1 3/8	2205 mm
20-622	700 x 20C	2114 mm
23-622	700 x 23C	2133 mm
25-622	700 x 25C	2146 mm
28-622	700 x 28C	2149 mm
32-622	700 x 32C	2174 mm

Ⓘ ISTRUZIONI PER L’USO

Congratulazioni!

Con il **CICLO*MASTER* CM 4.4A** avete acquistato un computer senza fili per bicicletta di massima precisione. Dispone della più moderna elettronica ed è impermeabile.

Il **CM 4.4A** offre inoltre la possibilità opzionale di misurare la frequenza di pedale nonché la frequenza cardiaca. Gli accessori necessari possono essere acquistati dai rivenditori specializzati.

Il **CM 4.4A** dispone inoltre del sistema TwoInOne: e cioè può essere utilizzato con 2 biciclette e i valori possono essere indicati sia separatamente per ogni bici che in totale.

Vi preghiamo di leggere molto attentamente le seguenti istruzioni per l’uso.

Contenuto della confezione
- CICLOMASTER CM 4.4A
- batteria tipo CR 2032
- coperchio batteria
- supporto di fissaggio per manubrio
- trasmettitore
- fili di fissaggio
- magnete per i raggi

1. Montaggio

Il supporto per il manubrio può essere fissato sul manubrio o sul raccordo.

Figura A: Montaggio possibile sul manubrio (pos. A-1) o sul raccordo (pos. A-2)

Figura B: Per il montaggio sul raccordo (pos. B) la parte superiore va girata.

Togliere la pellicola protettiva dalla parte inferiore del supporto manubrio, posizionare il supporto manubrio nel punto desiderato, premere leggermente e fissare con i fili appositi.

Figura C: Fissare il trasmettitore con i fili appositi alla forcella e tagliare i pezzi sporgenti (distanza massima dal supporto manubrio 60 cm; è preferibile il montaggio dalla parte destra, perché è preferibile montare sia il supporto manubrio che il trasmettitore sullo stesso lato)

Figura D: Fissare la magnete ad un raggio di fronte al trasmettitore allineare trasmettitore e magnete (distanza massima 3 mm)

Figura E: Girando il CM 4.4A di un quarto di giro verso sinistra si inserisce nel supporto manubrio, e per farlo ingranare fare un quarto di giro verso destra (abbiate cura che sia bene ingranato). Per estrarre il CM 4.4A fare un quarto di giro verso sinistra e tirarlo via dal supporto.

1.1 Montaggio del dispositivo opzionale di frequenza di pedale

Montare il supporto manubrio come sopra descritto. Portare il cavo in direzione della manovella (preferibilmente dalla parte sinistra). Il sensore sul cavo viene fissato con i fili appositi di fronte alla manovella (non stringere ancora i fili di fissaggio). Fissare la magnete per la frequenza di pedale sulla manovella (distanza massima 3 mm). Importante: La magnete deve passare vicino alla marcatura del sensore. Avviare nel CM 4.4A la funzione misura della frequenza di pedale (vedi cap. 2.1), girare la manovella per controllare se il CM 4.4A riceve i segnali. Solo dopo stringere i fili di fissaggio.

1.2 Indossare la fascia trasmittente opzionale

Attenzione: Per principio vale che, chiunque inizia un allenamento di fitness, si dovrebbe sottoporre a un controllo medico, in particolare i principianti e gli adulti al di sopra di 35 anni, nonché chi abbia sofferto in passato di malattie o di disturbi fisici. In presenza di fattori di rischio quali il fumo, pressione alta, valori elevati del colesterolo, diabete, mancanza di movimento e sovrappeso si consiglia di consultare un medico in ogni modo.

Ai portatori di pacemaker si consiglia di indossare un cardiofrequenzimetro solo con il permesso del medico curante!

La fascia trasmittente si aggancia nella fascia elastica, la quale viene posizionata intorno al torso. Il trasmettitore (parte di plastica con scritte) va collocato sul petto in posizione centrale, appena sotto lo sterno in modo che la scritta sul trasmettitore (vista frontalmente) risulti leggibile. Gli elettrodi incorporati nella fascia a destra e a sinistra del trasmettitore debbono avere contatto con la pelle.

Tendere bene la fascia in modo che non possa scivolare e che sia garantito un contatto costante con il corpo durante il movimento.
Se il CM 4.4A non indica la frequenza cardiaca, è probabile un mancato contatto tra pelle ed elettrodi. Spesso è di aiuto inumidire gli elettrodi e la pelle sottostante. Il contatto migliore si ottiene con un gel per elettrodi (disponibile nelle farmacie).
La misurazione della frequenza cardiaca è possibile solo se la fascia elastica con il trasmettitore sia posizionata correttamente e se il CM 4.4A si trova entro il raggio del trasmettitore (distanza massima 60 cm).

2. Messa in esercizio

Inserimento della batteria:
Inserire la batteria del tipo CR2032 con il polo positivo in alto. Mettere il coperchio batteria e chiudere con una moneta. Dopo l’inserimento della batteria sul display si visualizza il modo d’esercizio normale.
(Se non si ha nessuna indicazione sul display ovvero valori insensati, premere brevemente il pulsante AC sul retro. Con questa azione vengono cancellati tutti i valori e impostazioni).

2.1 Programmazione

Premendo per 3 secondi il tasto medio si inizializza il modo di programmazione. Sul display si visualizza ‘SET BIKE1’.

Premendo di nuovo per 3 secondi il tasto medio, il modo di programmazione può essere lasciato in qualsiasi momento.
(Se l’indicazione del CM 4.4A dev’essere commutata su testi tedeschi, premere brevemente il tasto sinistro, sul display si visualizza l’indicazione ‘LANGUAGE’. Si conferma con il tasto medio e con il tasto destro si sceglie tra ‘English” e ‘Deutsch’ (tedesco). Confermare l’impostazione desiderata con il tasto sinistro. Premendo brevemente il tasto destro si ritorna nel modo ‘SET BIKE1’ o ‘SET RAD1’ sul display.

Il CM 4.4A è in grado di indicare sia testi in tedesco che in inglese. Pertanto in queste istruzioni vengono elencate tutte e due le indicazioni.
Con il tasto destro ovvero sinistro possono essere scelti i vari modi di programmazione, premendo brevemente il tasto medio viene chiamato il modo di programmazione indicato.

Possibili modi di programmazione:
SET ALT / SET HOEHE
SET BIKE1 / SET RAD1
SET CLOCK / SET UHR
SET HR / SET HF
SET MISC
EXIT / ENDE
LANGUAGE / SPRACHE

Ogni modo di programmazione può avere più modi di impostazione.

Per queste impostazioni vale: con il tasto destro si modifica il valore lampeggiante (premendo il tasto destro più a lungo, il conteggio viene accelerato), con il tasto sinistro il valore viene memorizzato e passato al valore successivo ovvero l’impostazione successiva.

Per una migliore distinzione qui di seguito i modi di programmazione sono stampati in **grassetto** e le possibilità di impostazione in ***grassetto e corsivo***.

SET ALTI / SET HOEHE
Impostazioni per la misurazione di quota .
Premere il tasto medio

ALTITUDE / HOEHE
Modificare la quota attuale
Valori possibili: da -300 a +6000 m ovvero ft
Impostare con i tasti destro e sinistro, avanti con il tasto sinistro
Qui può essere modificata la quota attuale, se p. es. durante un allenamento si nota che la quota indicata sul CM 4.4A non corrisponde alla quota effettiva (può verificarsi in caso di oscillazioni della pressione atmosferica).

HOME OFF / HEIM AUS
Attivazione /disattivazione della quota casa impostata per la misurazione di quota
Programmazione di partenza: OFF
Impostare con il tasto destro, avanti con il tasto sinistro.
Qui si attiva o si disattiva l’impostazione per il ritorno automatico sulla quota casa.

HOME ALT / HEIMHOEHE (quota casa)
Valore di partenza per la misurazione di quota (quota casa)
Valori possibili: -300 a +6000 m
Impostare con i tasti destro e sinistro, avanti con il tasto sinistro
Il CM 4.4A dispone di una misurazione di quota barometrica che si adatta automaticamente a oscillazioni di temperatura, che però a causa di variazioni della pressione atmosferica possono verificarsi variazioni di indicazione (per es. durante la notte). Per regolare queste oscillazioni qui può essere impostata una quota di partenza (per es. del proprio luogo di residenza, se normalmente si parte da lì).
Con ogni azzeramento dei valori giornalieri, la quota viene riportata al valore attualmente impostato. E’ consigliabile disattivare questa funzione in caso di cambiamento di luogo (per es. in villeggiatura) ovvero adattare il valore casa impostato al luogo di villeggiatura.

UNIT m
Impostazione dell’unità di misura della quota
Programmazione di partenza: m (metri)
Qui si sceglie tra l’indicazione in metri (m) o feet (ft).

UNIT °C
Impostazione dell’unità di misura della temperatura
Programmazione di partenza: °C
Qui si sceglie tra l’indicazione in °Celsius (C) o in °Fahrenheit (F).

SET BIKE1 / SET RAD1
Impostazioni per bici 1 come chilometri totali, circonferenza ruota, unità di misura etc.
Premere il tasto medio
Per fare le impostazioni per bici 2, premere nel normale modo d’esercizio contemporaneamente e brevemente i tasti destro e sinistro per cambiare sulla bici 2, poi chiamare di nuovo il modo di programmazione (si visualizza SET BIKE2 / SET RAD2).

DAY DST / TAGES-DST
Impostazione dei chilometri giornalieri
Programmazione di partenza: 000,00 km
Valori possibili: da 000,00 a 999,99 km ovvero m
Impostare con i tasti destro e sinistro, avanti con il tasto sinistro.
Qui si impostano i chilometri giornalieri, p. es. facendo percorsi proposti da libri tour-guide.
Questa impostazione non incide sulla funzione chilometri totali, dove vengono contati solo i chilometri effettivamente percorsi.

TOT DST / GES. DST
Impostazione dei chilometri totali
Programmazione di partenza: 0000 km
Valori possibili: da 0 a 99999 km ovvero m.
Impostare con i tasti destro e sinistro, avanti con il tasto sinistro.
Qui si impostano i chilometri totali.

Wheel/Radumf. (Circonferenza ruota)
Impostazione della circonferenza ruota
Impostazione di partenza: 2080 mm
Valori possibili: da 1000 a 3999 mm
Impostare con tasti destro e sinistro, avanti con tasto sinistro.
Qui si imposta la circonferenza ruota.

La circonferenza ruota si prende dalla tabella (figura G) o si misura.
Per la misurazione manuale della circonferenza ruota fare un segno sulla gomma anteriore e uno per terra (p.es. con un gesso). Fa compiere alla ruota un giro esatto diritto (con pressione della gomma esatta e il peso del ciclista) e segnare il punto per terra. La distanza misurata tra i due segni per terra equivale alla circonferenza esatta della ruota (in mm) – vedi figura F.

Unit km ovvero Unit mi
Impostazione dell’unità di misura chilometri o miglia
Impostazione di partenza: km
Impostare con il tasto destro, avanti con il tasto sinistro. Qui si sceglie tra l’indicazione in chilometri (km/h) ovvero in miglia (m/h).

CAD OFF/TRITT AUS
Attivazione/disattivazione della frequenza di pedale (ON/AN – OFF/AUS)
Impostazione di partenza: OFF/AUS
Impostare con il tasto destro, avanti con il tasto sinistro.
Qui si attiva o disattiva la misurazione della frequenza di pedale. Per usare questa funzione occorre il set opzionale della frequenza di pedale (da acquistare presso rivenditori specializzati).

SET CLOCK / SET UHR
Qui si impostano orario, data e formato di orologio
Premere il tasto medio

Time / Uhrzeit
Qui si imposta l’orario
Valori possibili: da 00:00 a 23:59 ovvero da 12:00 a 11:59 A/P
Impostare con i tasti destra e sinistra, avanti con il tasto sinistro.
Qui si imposta l’orario attuale, iniziando con le ore e dopo i minuti.

Year / Jahr
Impostazione dell’anno
Impostazione di partenza: 2007
Valori possibili: dal 2007 al 2099
Impostare con il tasto destro, avanti con il tasto sinistro.
Qui si imposta l’anno corrente.

Month / Monat
Impostazione del mese
Impostazione di partenza: 01
Valori possibili: da 01 a 12
Impostare con il tasto destro, avanti con il tasto sinistro.
Qui si imposta il mese corrente.

Day / Tag
Impostazione del giorno
Impostazione di partenza: 01
Valori possibili: da 01 a 31
Impostare con il tasto destro, avanti con il tasto sinistro.
Qui si imposta il giorno attuale.

Clock / Zeit
Impostazione dell’orario
Impostazione di partenza: 24
Impostare con il tasto destro, avanti con il tasto sinistro.
Qui si sceglie se l’orario viene indicato nel formato 24 o 12 ore (AM/PM).

SET HR / SET HF
Qui si attiva la misurazione della frequenza cardiaca (opzionale) e si fanno le relative programmazioni. Per poter utilizzare questa funzione, occorre la fascia trasmittente con la fascia elastica opzionale, disponibili dai rivenditori specializzati.

HR OFF/ON / HF EIN/AUS
Attivazione/disattivazione della misurazione della frequenza cardiaca
Impostazione di partenza: OFF/AUS
Attivare/disattivare con il tasto destro, avanti con il tasto sinistro

Fitness / Fitness
Impostazione del livello fitness
Impostazione di partenza: 3
Valori possibili: da 1 a 4
Impostare con il tasto destro, avanti con il tasto sinistro
Qui si imposta l’attuale livello fitness (necessario per il calcolo dei limiti personali della frequenza cardiaca con CICLO*Inzone®*).
1 - non allenato
2 - poco allenato
3 - ben allenato
4 - condizione ottimale

Sex / Geschlecht
Impostazione del sesso
Impostare con il tasto destro, avanti con il tasto sinistro
Qui si imposta il sesso (necessario per il calcolo CICLO*Inzone®* e il calcolo delle calorie)
M = male / maschile
F / W = female / femminile

Weight / Gewicht
Impostazione del peso
Impostazione di partenza: 070 kg
Valori possibili: da 20 a 220 kg
Impostare con il tasto destro, avanti con il tasto sinistro
Qui si imposta l’attuale peso dell’utente (necessario per il calcolo CICLO*Inzone®* e il calcolo delle calorie)

Birthdate /Gebjahr
Impostazione dell’anno di nascita
Impostazione di partenza: 1960
Valori possibili: dal 1920 al 2006
Impostare con il tasto destro, avanti con il tasto sinistro
Qui si imposta l’anno di nascita (necessario per il calcolo CICLO*Inzone®*)

InZone
Premendo contemporaneamente e brevemente i tasti destro e sinistro si avvia il calcolo CICLO*Inzone®* (Per questa funzione vedi anche cap. 4).
Per saltare il calcolo CICLO*Inzone®* premere brevemente il tasto sinistro.
Per poter calcolare con precisione la CICLO*Inzone®* personale, occorre impostare prima i valori personali quali livello fitness, sesso, peso e anno di nascita.
Per il calcolo della CICLO*Inzone®* occorre indossare la fascia trasmittente, prendere una posizione di risposo (preferibilmente seduti) e poi avviare il calcolo (premendo contemporaneamente e brevemente i tasti destro e sinistro).
Il CM 4.4A inizia un countdown (conto alla rovescia) di 5 min. durante i quali si rimane seduti fermi e distesi. CM 4.4A misura la frequenza cardiaca più bassa, raggiunta durante questo tempo (frequenza cardiaca di riposo) e prende questo valore per gli ulteriori calcoli. Sul display superiore si vede il countdown di 5 minuti, sul display inferiore viene indicata
la frequenza cardiaca misurata. Passati i 5 minuti viene indicato automaticamente il valore minimo della CICLO*Inzone®* personale calcolato.

Lower HR / Untere Herzfrequenz
Qui si imposta un limite inferiore di frequenza cardiaca ovvero viene indicato il limite inferiore di frequenza cardiaca individualmente calcolato con il calcolo CICLO*Inzone®*. Se si verifica un valore inferiore, sul CM 4.4A si visualizza un allarme ottico (una freccia ▼ a destra dell’indicazione della frequenza cardiaca sul display inferiore).
Impostare con i tasti destro e sinistro, avanti con il tasto sinistro.

Upper HR / Obere Herzfrequenz
Qui si imposta un limite superiore di frequenza cardiaca ovvero viene indicato il limite superiore di frequenza cardiaca individualmente calcolato con calcolo CICLO*Inzone®*. Se il valore superiore viene oltrepassato, sul CM 4.4A visualizza un allarme ottico (una freccia ▲ a destra dell’indicazione della frequenza cardiaca sul display inferiore).
Impostare con i tasti destro e sinistro, avanti con il tasto sinistro.

Max HR / Max HF
Qui viene indicata la frequenza cardiaca massima, calcolata individualmente dal sistema CICLO*Inzone®*.

SET MISC
Qui può essere attivata la funzione di risparmio energia (power-down) oppure essere eseguito un reset (cancella tutti i dati).
Scegliere con il tasto medio.

Powerdown / STROMSPAR (risparmio energia)
Qui può essere attivata la funzione di risparmio di energia (p. es. prima del cambio della batteria per conservare tutti i dati).
Premendo contemporaneamente e brevemente i tasti destro e sinistro si spegne il display e il CM 4.4A si trova nel modo di risparmio energia. Premendo brevemente un tasto qualsiasi, il CM 4.4A ‘riparte’ e si visualizza il normale modo di esercizio.

Reset / Löschen (cancellare)
Qui possono essere cancellati tutti i valori (anche i valori totali). Premendo contemporaneamente e brevemente i tasti destro e sinistro, sul display si visualizza brevemente l’indicazione ‘reset’, in seguito si visualizza il normale modo di esercizio.

Per cancellare solo i valori giornalieri, premere i tasti destro e sinistro per 3 secondi nel normale modo d’esercizio.

3. Funzioni

Il CM 4.4A dispone di una funzione start/stop automatica durante l’allenamento, e cioè durante il primo giro di ruota si visualizza il normale modo d’esercizio e dopo 4 sec. viene indicata la velocità attuale. 1 minuto dopo l’ultimo giro di ruota ovvero dopo l’ultima premuta del tasto, il display passa nel modo di riposo. Premendo un tasto qualsiasi o rimettendo la bici in moto, il display si riattiva.

L’indicazione della frequenza cardiaca (opzionale) funziona anche senza l’impulso di bici: quando il CM 4.4A si trova nel normale modo d’esercizio (premendo un tasto o via auto-start) si attiva automaticamente il cardiofrequenzimetro (sempre se è attivata la funzione frequenza cardiaca nel modo di programmazione). Finché sul display viene indicata una frequenza cardiaca, non avviene la commutazione automatica nel modo di riposo.

Il CM 4.4A dispone di tre modi: Bici 1, bici 2 e modo No-Bike.
Per commutare da un modo all’altro, premere contemporaneamente e brevemente i tasti destro e sinistro (la commutazione è possibile solo se la velocità è 0).

Sul display medio a sinistra viene indicato con ’②’ ovvero con ‘①’ se il CM 4.4A si trova nel modo bici 1 o nel modo bici 2. Trovandosi il CM 4.4A nel modo No-Bike, sul display medio non si ha indicazione.
Nel modo No-Bike il CM 4.4A indica solo valori non dipendenti dalla bici (come quota, temperatura, orario). Questo modo è destinato all’uso senza bicicletta (p. es. con l’accessorio ‘cinturino da braccio’).

Per azzerare i valori giornalieri premere contemporaneamente per 3 secondi i tasti destro e sinistro. (Se è attivata la funzione quota casa, con l’azzeramento la quota attuale viene riportata al valore casa impostato).

Il CM 4.4A dispone di un display a tre righe. Nella parte centrale viene indicata la velocità, a sinistra dell’indicazione velocità viene segnalato con un minuscolo 1 o 2, se i valori indicati si riferiscono a bici 1 o 2.
Le funzioni indicate nel display superiore, possono essere chiamate in successione premendo il tasto destro; le funzioni del display inferiore si chiamano con il tasto sinistro.
Premendo brevemente il tasto medio, vengono indicate le sub-funzioni della funzione indicata nel display inferiore.

Per tutte le sub-funzioni vale: L’indicazione si visualizza per ca. 10 secondi, dopo si visualizza di nuovo la funzione principale.

Funzioni nel display superiore:
(Spiegazioni relative a queste funzioni vedi ‘funzioni nel display inferiore’).
TM – Tempo di percorso giornaliero (figura 2)
DST – Distanza giornaliera (figura 4)
Quota (figura 3)
HR (♥)
Orario (figura 1)

Funzione nel display medio
SPD – velocità attuale
Indica la velocità attuale in km/h ovvero m/h.
Valori possibili: da 0 a 199,9 km/h ovvero m/h.
Con la freccia a sinistra del display viene indicato, se la velocità attuale è superiore (freccia in su) o inferiore (freccia in giù) alla velocità media attuale.

Funzioni nel display inferiore:
DST – distanza giornaliera (figura 5)
Indica i chilometri o miglia sinora percorsi.
Valori possibili: da 0 a 999.99 km ovvero m.

***TOT – distanza totale* (figura 6)**
Sub-funzione della funzione distanza giornaliera
Indica i chilometri totali percorsi (dall’ultimo azzeramento ovvero cambio batteria).
Valori possibili: da 0 a 99999 km ovvero m

∑*TOT – Somma totale chilometri bici 1 e bici 2* (figura 7)
Sub-funzione della funzione distanza giornaliera.
Indica i chilometri percorsi complessivi di bici 1 e 2 (dall’ultimo azzeramento ovvero cambio batteria).
Valori possibili: da 0 a 199999 km ovvero m

Quota attuale (figura 18)
Indica l’altitudine attuale (sul livello del mare). L’indicazione della quota avviene a passi di 1 m. Poiché la misurazione dell’altitudine dipende dalla pressione atmosferica, vi possono essere variazioni in relazione alle condizioni climatiche.
Valori possibili: da -300 a +6000 m ovvero ft

Nota: I metri di altitudine vengono addizionati solo se arrivano segnali dalla bici.
Nel modo No-Bike i metri di altitudine vengono sempre addizionati.
Il CM 4.4A dispone di un isteresi di 2 m, e cioè a partire da un dislivello di 2 metri i valori vengono addizionati.

Percorso giornaliero in salita (figura 19)
Sub-funzione della funzione quota attuale.
Indica l’incremento di quota durante il percorso attuale.
Valori possibili: da 0 a 20000 m ovvero ft

Percorso giornaliero in discesa (figura 20)
Sub-funzione della funzione quota attuale.
Indica il decremento di quota durante il percorso attuale.
Valori possibili: da 0 a 99999 m ovvero ft

MAX – Quota massima (figura 21)
Sub-funzione della funzione quota attuale.
Indica l’incremento massimo di quota durante un percorso
Valori possibili: da -300 a +6000 m ovvero ft

TOT – Quota massima in salita (figura 22)
Sub-funzione della funzione quota attuale.
Indica l’incremento massimo di quota in salita sinora raggiunto.
Valori possibili: da 0 a 20000 m ovvero ft

TOT – Quota massima in discesa (figura 23)
Sub-funzione della funzione quota attuale.
Indica il decremento massimo di quota in discesa sinora raggiunto.
Valori possibili: da 0 a 20000 m ovvero ft

∑TOT – Somma quota massima bici 1 e bici 2 (figura 24)
(Questa sub-funzione non si visualizza nel modo No-Bike).
Sub-funzione della funzione quota attuale.
Indica il totale di tutti i metri di altitudine in salita sinora percorsi
Valori possibili: da 0 a 20000 m ovvero ft

Salita / discesa attuale (figura 25)
Indica in percentuale la salita ovvero la discesa del percorso attuale. Il simbolo a sinistra in basso del display segnala se si tratta di salita (◢) o discesa (◣). Valori possibili: da 0 al 100 %

Attenzione: Per ragioni tecniche l’indicazione percentuale corretta si visualizza solo dopo ca. 50 – 100 m dall’inizio della salita ovvero discesa. Questo dipende anche dalla velocità.

Salita media (figura 26)
Sub-funzione della funzione Salita/discesa attuale
Indica l’incremento medio sinora raggiunto.
Valori possibili: da 0 al 100 %

Discesa media (figura 27)
Sub-funzione della funzione Salita/discesa attuale.
Indica il decremento medio sinora raggiunto.
Valori possibili: da 0 al 100 %

Salita massima (figura 28)
Sub-funzione della funzione Salita/discesa attuale.
Indica l’incremento massimo sinora raggiunto.
Valori possibili: da 0 al 100 %

Discesa massima (figura 29)
Sub-funzione della funzione Salita/discesa attuale.
Indica il decremento massimo sinora raggiunto.
Valori possibili: da 0 al 100 %

Ø - Velocità media (figura 8)
Indica la velocità media attuale in km/h ovvero m/h.
Valori possibili: da 0 a 199,9 km/h ovvero m/h (i numeri dopo la virgola sono messi in alto).

***MAX – Velocità massima* (figura 9)**
Indica la velocità massima sinora raggiunta in km/h ovvero m/h.
Valori possibili: da 0 a 199,9 km/h ovvero m/h (i numeri dopo la virgola sono messi in alto).

Temperatura (figura 30)
Indica la temperatura attualmente misurata.
Valori possibili: da 10 a 50 °C ovvero °F

Nota: Se il CM 4.4A viene portato addosso, la temperatura misurata può differire.

MIN – Temperatura minima (figura 31)
Sub-funzione della funzione temperatura.
Indica la temperatura più bassa sinora misurata.
Valori possibili: da -10 a +50 °C ovvero °F

MAX – Temperatura massima (figura 32)
Sub-funzione della funzione temperatura.
Indica la temperatura più alta sinora misurata.
Valori possibili: da -10 a +50 °C ovvero °F

Orario (figura 10)
Indica l’orario attuale.
Valori possibili: da 00:00:00 a 23:59:59 ovvero da 12:00:00 a 11:59:59 AM/PM

***Data* (figura 11)**
Sub-funzione della funzione orario.
Indica la data attuale nel formato TT.MM.JJ.

TM /- Durata del percorso giornaliero (figura 12)
Indica il tempo impiegato nel percorso attuale.
Valori possibili: da 0 a 9:59:59 h

***TOT – Durata complessiva dei percorsi* (figura 13)**
Sub-funzione della funzione durata del percorso giornaliero.
Indica la durata complessiva dei percorsi (dall’ultimo azzeramento ovvero cambio batteria).
Valori possibili: da 0 a 999:59 h

∑*TOT – Somma durata complessiva dei percorsi bici 1 e 2* (figura 14)
Sub-funzione della funzione durata del percorso giornaliero.
Indica la durata complessiva dei percorsi per bici 1 e 2 (dall’ultimo azzeramento ovvero cambio batteria).
Valori possibili: da 0 a 999:59 h

La seguente funzione si visualizza sul display solo se è stata attivata nel modo di programmazione (per misurare la frequenza di pedale occorre il Set frequenza di pedale, da acquistare separatamente).

CAD - Frequenza di pedale (figura 33)
Indica l’attuale frequenza di pedale (in rpm = giri per minuto)
Valori possibili: da 0 a 250 rpm

***Ø - Frequenza di pedale media* (figura 34)**
Sub-funzione della funzione frequenza di pedale
Indica la frequenza di pedale media (dall’ultimo azzeramento).
Valori possibili: da 0 a 250 rpm

***MAX - frequenza di pedale massima* (figura 35)**
Indica la frequenza di pedale massima sinora raggiunta (dall’ultimo azzeramento).
Valori possibili: da 0 a 250 rpm

Le seguenti funzioni (frequenza cardiaca e consumo di calorie) si visualizzano solo se è stata attivata la frequenza cardiaca nel modo di programmazione (per misurare la frequenza cardiaca occorre la fascia trasmittente con fascia elastica, da acquistare separatamente).

HR – Frequenza cardiaca (figura 36)
Indica la frequenza cardiaca attuale (in bpm = beats per minute / battiti per minuto)
Valori possibili: da 0 a 250 bpm
Durante l’indicazione sul display inferiore, a destra dell’indicazione si visualizza una freccia, se l’attuale frequenza cardiaca è inferiore (▼), entro i limiti (▼▲) o superiore (▲) ai limiti impostati.

Ø - Frequenza cardiaca media (figura 37)
Sub-funzione della funzione frequenza cardiaca
Indica l’attuale frequenza cardiaca (in bpm = beats per minute / battiti per minuto)
Valori possibili: da 0 a 250 bpm

MAX - Frequenza cardiaca massima (figura 38)
Sub-funzione della funzione frequenza cardiaca
Indica la frequenza cardiaca massima sinora raggiunta (dall’ultimo azzeramento)
Valori possibili: da 0 a 250 bpm

Tempo inferiore al limite inferiore impostato della frequenza cardiaca (figura 39)
Sub-funzione della funzione frequenza cardiaca
Indica il tempo in cui la frequenza cardiaca era inferiore al limite inferiore impostato della frequenza cardiaca (dall’ultimo azzeramento)
Valori possibili: da 0 a 9:59:59 h

Tempo entro i limiti impostati della frequenza cardiaca (figura 40)
Sub-funzione della funzione frequenza cardiaca
Indica il tempo in cui la frequenza cardiaca era entro i limiti impostati della frequenza cardiaca (dall’ultimo azzeramento)
Valori possibili: da 0 a 9:59:59 h

Tempo superiore al limite superiore impostato della frequenza cardiaca (figura 41)
Sub-funzione della funzione frequenza cardiaca
Indica il tempo in cui la frequenza cardiaca era superiore al limite superiore impostato della frequenza cardiaca (dall’ultimo azzeramento)
Valori possibili: da 0 a 9:59:59 h

kCal - Consumo di calorie (figura 42)
Indica le calorie sinora consumate (dall’ultimo azzeramento)
Valori possibili: da 0 a 99999 kCal

TOT - Consumo totale di calorie (figura 43)
Sub-funzione della funzione consumo di calorie
Indica le calorie totali sinora consumate (dall’ultimo azzeramento ovvero dal cambio batteria)
Valori possibili: da 0 a 99999 kCal

4. CICLO*InZone®*-Filosofia ed applicazione

CICLO*Inzone®* è una soluzione per personalizzare al meglio il Vostro allenamento. Sulla base di dati personali e del battito del polso a riposo, è possibile calcolare con la funzione CICLO*Inzone®* la soglia di allenamento ottimale.
CICLO*Inzone®* è la soluzione ideale per il cardio-training personalizzato applicato a qualsiasi sport: alla corsa, alla camminata nordica, alla bicicletta, al ciclismo indoor …
Aumentare la condizione? – Perdere peso? – Allenarsi tenendo sempre in considerazione la salute? Ciascuno segue un altro obiettivo nel suo allenamento. Ma come ci si allena per raggiungere nella maniera più efficiente possibile i propri obiettivi? Come si trova l’intensità giusta dello sforzo durante l’allenamento? CICLO*Inzone®* è L’INTERVALLO ottimale di allenamento per la forza, la resistenza e il dimagrimento.

Cosa fa la CICLO*InZone®*?
Calcola l’intervallo di allenamento ottimale per la forza, la resistenza e il dimagrimento. I valori variano da persona a persona e offrono un valido supporto per condurre l’allenamento, mantenendo sempre tra il 70 e l’85 % della frequenza cardiaca massima.
(+/- 5 % di tolleranza, tenendo conto della frequenza cardiaca effettiva in riposo e il livello di allenamento.
Con CICLO*Inzone®* la questione di bruciare grassi viene messa nella “giusta” luce, e ci indica che di meno non è sempre più.

5. Sostituzione batterie

CM 4.4A: Mediante una moneta aprire verso sinistra il tappo a vite sul retro del computer. Estrarre la batteria vuota e inserire la nuova del tipo 3V CR 2032 al litio con il polo positivo in alto. Avvitare il tappo.
(La sostituzione della batteria della fascia trasmittente opzionale avviene nello stesso modo).
Trasmettitore (di velocità): Mediante una moneta aprire verso sinistra il tappo a vite nella parte superiore del trasmettitore. Estrarre la batteria vuota e inserire la nuova del tipo 23A, a 12 volt, con il polo positivo in alto. Avvitare il tappo senza girare troppo.

Non gettate le batterie vuote nei rifiuti domestici, bensì negli appositi contenitori.

6. Come risolvere problemi

Nessuna indicazione o indicazione irregolare sul display
- controllare la posizione corretta della batteria ovvero sostituirla

Velocità attuale non viene indicata
- controllare il corretto montaggio del sensore
- controllare il corretto montaggio della magnete sul raggio (esattamente di fronte al trasmettitore con una distanza massima di 3 mm)
- controllare che il CM 4.4A sia bene ingranato nel supporto manubrio
- controllare la circonferenza ruota programmata

Velocità troppo alta ovvero troppo bassa
- controllare la circonferenza ruota programmata
- controllare l’unità di misura

Valori quota irregolari
- controllare la quota casa (vedi programmazioni di base), possibilmente impostato un valore errato
- cambiamento della pressione atmosferica, p. es. a causa di cambiamento del tempo (attualizzare il valore quota)

Frequenza cardiaca non viene indicata ovvero l’indicazione è errata ovvero oscillante
- controllare, se è attivata la funzione frequenza cardiaca nel modo di programmazione
- controllare la fascia trasmittente (batteria)
- pelle troppo asciutta / troppo fredda
- la distanza tra CM 4.4A e la fascia trasmittente è troppo grande

Frequenza di pedale non viene indicata ovvero l’indicazione è errata ovvero oscillante
- controllare, se è attivata la funzione frequenza di pedale nel modo di programmazione
- controllare il corretto montaggio della frequenza di pedale
- la distanza tra il sensore di frequenza pedale e la magnete di frequenza pedale è troppo grande (massimo 3 mm)

7. Garanzia

Per il CM 4.4A prestiamo una garanzia di 24 mesi. La garanzia è limitata ai difetti di materiale e di costruzione. Le batterie sono escluse dalla garanzia.
La garanzia è valida solo se il computer e gli accessori sono stati maneggiati con attenzione e secondo le istruzioni.
Nel caso di un problema coperto dalla garanzia, rivolgersi al proprio rivenditore o distributore locale, oppure inviare il computer con la ricevuta d’acquisto (data) e tutti gli accessori, debitamente affrancato, a:

CicloSport Service
K. W. Hochschorner GmbH
Einsteinstr. 39a
D-82152 Martinsried

ciclo-service@ciclosport.de
www.ciclosport.com

Prima di inviare l’apparecchio Vi preghiamo di rileggere attentamente le istruzioni per l’uso e controllare la batteria. Se il difetto è coperto dalla garanzia, l’apparecchio riparato o un apparecchio di sostituzione verrà rispedito gratuitamente.

Riparazioni:
Se l’apparecchio viene inviato per una riparazione o se il danno non è coperto dalla garanzia, la riparazione viene eseguita automaticamente per un valore massimo di EUR 19,00. La spedizione di ritorno dell’apparecchio avviene in contrassegno.

Trattamento del dispositivo elettrico od elettronico a fine vita (Applicabile in tutti i paesi dell‘Unione Europea e in quelli con sistema di raccolta differenziata)
Questo simbolo sul prodotto o sulla confezione indica che il prodotto non deve essere considerato come un normale rifiuto domestico, ma deve invece essere consegnato ad un punto di raccolta appropriato per il riciclo di apparecchi elettrici ed elettronici. Assicurandovi che questo prodotto sia smaltito correttamente, voi contribuirete a prevenire potenziali conseguenze negative per l‘ambiente e per la salute che potrebbero altrimenti essere causate dal suo smaltimento inadeguato. Il riciclaggio dei materiali aiuta a conservare le risorse naturali. Per informazioni più dettagliate circa il riciclaggio di questo prodotto, potete contattare l‘ufficio comunale, il servizio locale di smaltimento rifiuti oppure il negozio dove l‘avete acquistato.

Certificato di garanzia

Mittente:

Cognome

nome

Strada, n.

CAP /Città

Telefono (diurno)

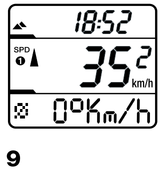
Fax

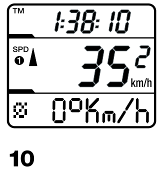
E-Mail

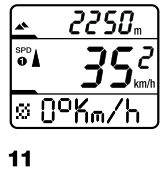
Motivo del reclamo:

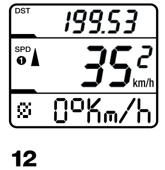
Dopo la scadenza della garanzia:

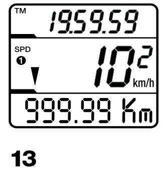
Riparazioni possono essere eseguite fino ad Euro ______

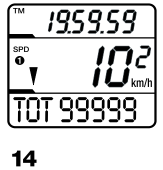
1


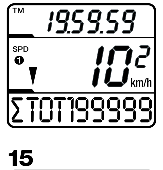
2


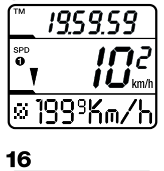
3


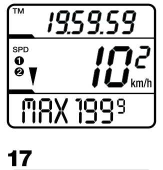
4


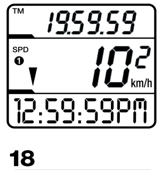
5


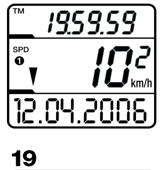
6


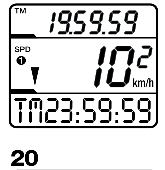
7


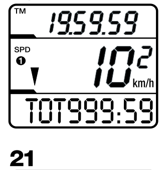
8


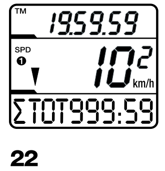
9


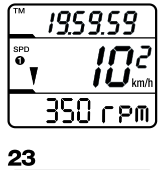
10


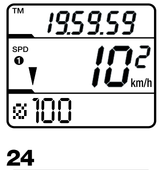
11


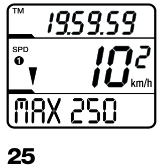
12


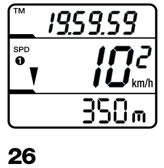
13


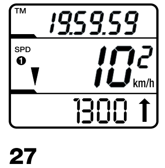
14


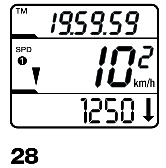
15


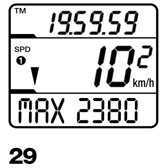
16


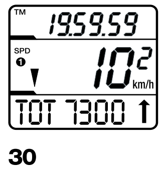
17


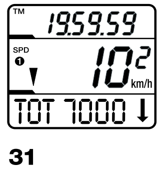
18


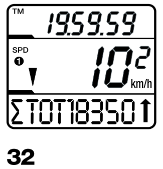
19


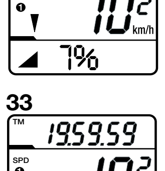
20


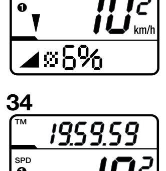
21


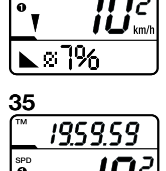
22


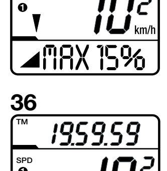
23


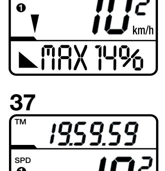
24


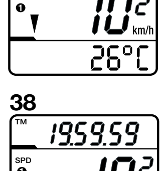
25


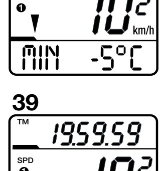
26


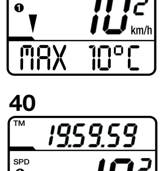
27


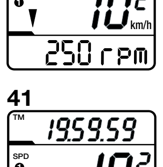
28


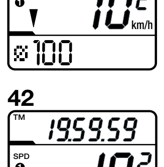
29


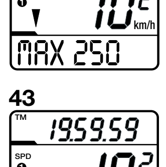
30


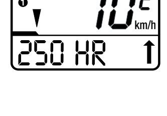
31


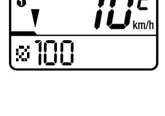
32


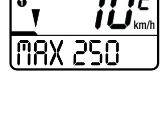
33


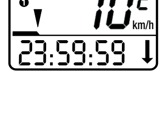
34


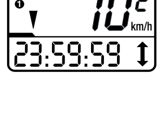
35


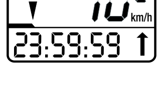
36


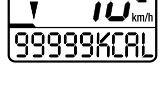
37


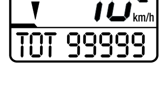
38


39


40


41


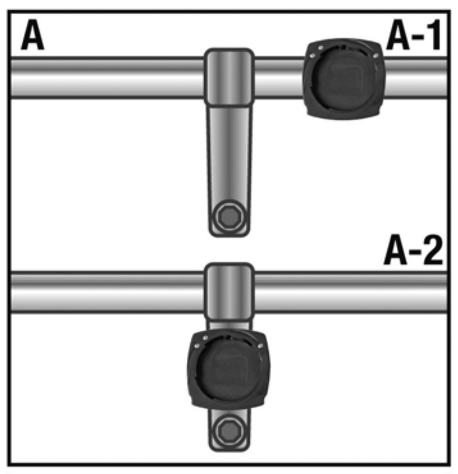
42


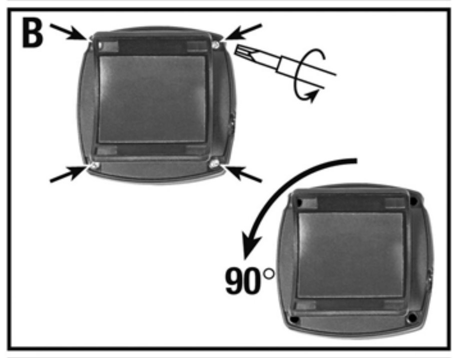
43


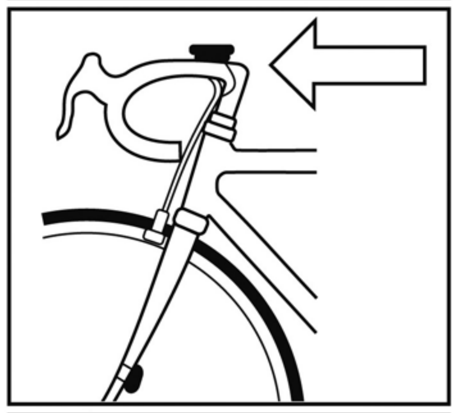
CicloSport®
SPORTS INFORMATION SYSTEMS

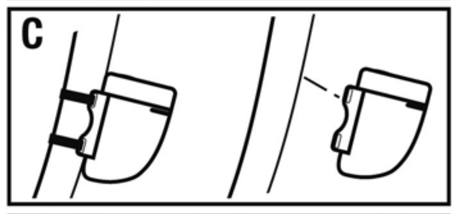
CICLOMASTER®

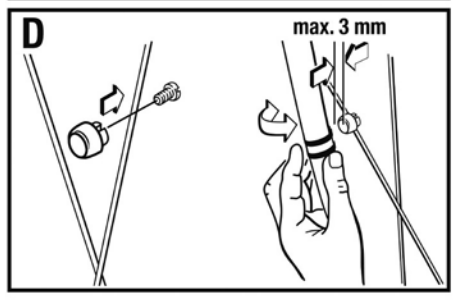
CM 4.4A

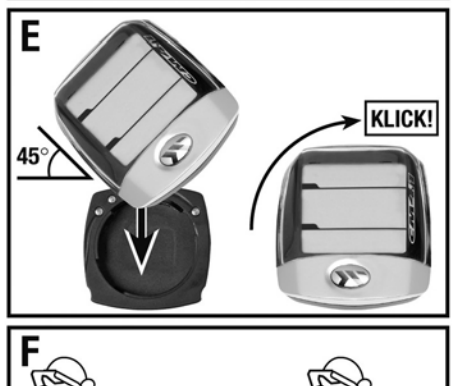
A


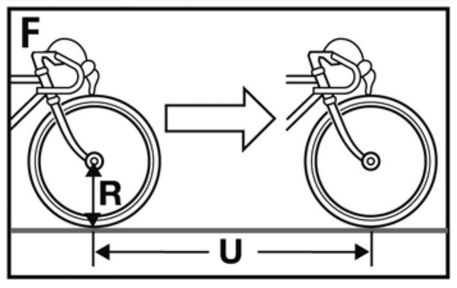
B




C


D


E


F


G

Dimensión del neumático		Circunferencia
40-559	26 x 1,5	2026 mm
44-559	26 x 1,6	2051 mm
47-559	26 x 1,75	2070 mm
50-559	26 x 1,9	2026 mm
54-559	26 x 2,00	2089 mm
57-559	26 x 2,125	2114 mm
37-590	26 x 1 3/8	2133 mm
32-620	27 x 1 1/4	2199 mm
40-622	28 x 1,5	2224 mm
47-622	28 x 1,75	2268 mm
40-635	28 x 1 1/2	2265 mm
37-622	28 x 1 3/8	2205 mm
20-622	700 x 20C	2114 mm
23-622	700 x 23C	2133 mm
25-622	700 x 25C	2146 mm
28-622	700 x 28C	2149 mm
32-622	700 x 32C	2174 mm

E MANUAL OPERATIVO

Felicitaciónes!

El **CICLO*MASTER* CM 4.4A** es un ordenador de bicicleta inalámbrico de bicicleta de mucha presión. Tiene la electrónica mas moderna y esta resistente a la intemperie.

El **CM 4.4A** tiene la option de medir la frecuencia de pedaleo asi como la frecuencia cardiaca. El set para estos funciones se puede comprar en las tiendas espezialisados.

Además el **CM 4.4A** tiene un TwoInOne-System que significa que se puede utilizar dos bicicletas al mismo tiempo y indica los dos valores distintas al mismo tiempo.

Por favor lea los instrucciones de manejo con mucho cuidado.

Contenido de entrega:
- CICLOMASTER CM 4.4A
- Pila del typo CR 2032
- Tapa de la pila
- Soporte de manilla
- Emisora
- Amarres de cable para la fijación
- Iman para los rayos de la rueda

1. Montaje

El Soporte de manilla se puede amarrar en el volante asi como en la parte delantera.

Imagen A: Montaje en el volante (posición A-1) y en la parte delantera (posición A-2)
Imagen B: Para el montaje en la parte delantera (posición B) cambia la parte de arriba
Quita el plastico de protección en la parte de abajo del soporte de manilla
Imagen C: Ajusta la emisora en la horquilla con el amarre de cable y corta la parte que sobra (distancia del soporte de manilla máxima de 60 cm, de preferencia en la parte derecha; el soporte de manilla y la emisora tienen que estar en el mismo lado)
Imagen D: Amarra y ajusta el iman en un rayo de rueda en frente de la emisora (distancia máxima de 3 mm).
Imagen E: Gira el CM 4.4A un cuartillo hacia la izquierda y ponlo en el soporte de manilla. Para ficharlo giralo un cuartillo hacia la derecha (fichase que esta bien ficho). Para quitarlo giralo un cuartillo hacia la izquierda y quitalo.

1.1 Montaje de la frecuencia de pedaloe óptiomo

Montar el soporte de manilla como explicado en la parte de arriba. El Cable se dirija hacia la manivela (a lo mejor por el lado izquierdo). Es sensor del cable se amarra en frente de la mainvela con el amarre de cable (no lo pone ficho todavia). Amarra el iman de la frecuencia de pedaleo (distancia máxima 3 mm). Importante: el iman tiene que pasar los marcos de los sensores. Prende la medición de la frecuencia de pedaleo del CM 4.4A (mira cap. 2.1), gira la manivela de la rueda trasera y revisa si el señal llega al CM 4.4A. Después ficha el amarre de cable.

1.2 Poner el cinturón de emisión optional

Atención: Cada persona que quiere hacer un entrenamiento deportivo debe someterse a un control médico para verificar su estado de salud, en particular los principiantes y los adultos mayores de 35 años y quienes que hayan sufrido en el pasado de enfermendades. Especialmente factores de riesgo, como fumar cigarillos, tensión arterial alta, valores altas de colesterol en la sangre, diabetes, falta de movimiento y exceso de peso, se aconseja consultar un médico antes de empezar con el entrenamiento.
Portadores de marcapasos no deberian utilizar aparatos para medir la frecuencia cardíaca sin consultar un médico!
El cinturón de emisión se cuelga en el cinturón pecho y se pone al rededor del busto. La emisora (el plástico con etiqueta) se pone arriba de la mitad de la barriga abajo del esternón asi que se puede leer el esrcito (por delante). Los electrodos del lado derecho y izquierdo del cinturón tienen que tener contacto con la piel.
Mantiene el cinturón siempre tenso para que tenga contacto con la piel mientras el movimiento y para que no se mueva.
En caso de que el CM 4.4A no muestra la frecuencia cardiaca puede ser que no hay contacto entre la piel y los electrodos. Para mejorar el contacto se puede mojar la piel bajo de los electrodos ó para un contacto óptimo utilizar un gel de electrodo (se puede comprar en la farmacia).
La Medición de la frecuencia cardiaca se realiza solamente cuando el cinturón de pecho esta en su posición correcta y en alcance de la emisora (distancia máx. 60 cm).

2. Puesta en servicio

Poner la Pila:
Pon la pila del typo CR2032 con el polo positivo hacia arriba. Cierra la tapa con una moneda. Después de poner la pila el display indica el modo de funciónamiento normal.
(Si no aparece nada en el display ó valores raros presiona el buton AC en la parte de atras brevemente. Con eso se borra todos los ajustes y valores)

2.1 Ajustes

Por presionar la tecla mediana por 3 segundos se llega al modo de ajustes
En el display aparece SET BIKE1.

Para salir de est modo, en cualquier ajuste, vuelve a presionar la tecla por 3 segundos

(Para poner el display del CM 4.4A en alemán presiona ahora la tecla de la izquierda brevemente. En el display aparece ‚LANGUAGE' (Lenguaje). Confirma con la tecla mediana y después elige con la tecla dercha entre alemán u inglés. Confirma con la tecla izquierda su ajuste y presiona la tecla derecha para ver SET BIKE1' ó SET RAD1' en el display. El CM 4.4A tiene la capacidad de mostrar todo los ajustes en alemán y inglés por eso se explicará de las dos maneras aqui en las instrucciones de manejo.

Con la tecla dercha ó izquierda se puede elegir entre los diferentes modos de ajustes, por presionar la tecla mediana se accede al modo general de ajustes.

Posibilidades para ajustar:
SET ALT / SET HOEHE
SET BIKE1 / SET RAD1
SET CLOCK / SET UHR
SET HR / SET HF
SET MISC
EXIT / ENDE
LANGUAGE / SPRACHE

Cada modo de ajuste puede tener varias posibilidades de ajustes.

Para el ajuste: con la tecla derecha se cambia el valor intermitente, con la tecla izquierda se graba el valor y aparece el proximo valor. (Presionar le tecla derecha por unos segundos hace que cuenta mas rapido para arriba).

Para una mejor comprensión se pone los modos de ajuste en negrilla y las posibilidades en cursiva en el siguinte.

SET ALT / SET HOEHE
Aqui se puede ajustar el altímetro.
Elige con la tecla mediana

ALTITUDE / HOEHE
Cambio de la altura actual
Valores: -300 hasta +6000 m ó ft
Ajustar con la lecla izquierda y derecha, seguir con la tecla izquierda
Aqui se puede cambiar la altura actual p.e. cuando la altura actual se distingue de la altura indicada en el display (por cambios de la presión atmosférica p.e.).

HOME OFF/ HEIM AUS
Prender y apagar el "valor de casa" para el altímetro
Preajuste: OFF (Apagado)
Ajustar con la tecla derecha seguir con la tecla izquierda
Aui se puede prender y apagar la función automatica de reponer el valor de casa para la medición de la altura.

HOME ALT / HOMEHOEHE
Valor de origen del altímetro (de la casa)
Valores: -300 hasta +6000 m ó ft
Ajustar con la tecla derecha seguir con la tecla izquierda.
El CM 4.4A tiene una función para medir la altura de una forma barometrico que se adapta automático a los cambios de la temperatura. Cambios de la presión atmosférica (p.e. durante la noche) puede provocar cambios de los valores mostrados en el display. Para compensar estos cambios se puede poner una altura de origen (p.e. del lugar de salida).
Cada vez cuando uno borra los valores del día (reset) se queda con la altura ajustada como altura de origen. Esta función se debe apagar ó cambiar en caso de cambiar lugar de salida (p.e. en las vacaciones).

UNIT m
Ajustar la unidad de medida para el altímetro
Preajuste: m (metros)
Aqui se puede ajustar si la altura se debe mostrar en metros (m) ó feet (ft) (pasos).

Unit °C
Ajustar la unidad de medida para la medición de temperatura
Preajuste: °Celsius
Aqui se puede ajustar la indicación del display en °Celsius (°C) ó Fahrenheit (F).

SET BIKE1 / SET RAD1 (Bicicleta 1)
Aqui se ajuste los datos para la bicicleta 1 (Rad 1), los kilómetros enteros, tamaño de la rueda, unidad de medida etc.
Elige con la tecla mediana
Para hacer los ajustes para la Bicicleta 2 (Rad 2) en el modo de funciónamiento normal presiona la tecla izquierda y derech al mismo tiempo brevemente para cambiar hacia Bicicleta 2 (Rad 2) y sigue poniendo el modo de ajuste (ahi aparece SET BIKE2 /SET RAD 2).

DAY DST / TAGES-DST
Ajustar kilómetros del día
Preajuste: 000.00 km
Valores: 000,00 hasta 999,99 km ó m
Ajustar con la tecla derecha, seguir con la tecla izquierda
Aqui se pone los kilómetros p.e. recorridos de un libro de recorridos
Este ajuste no influye los kilómetros enteros.
Ahi solo aparecen los kilómetros ya recorridos.

TOT DST / GES. DST
Ajustar kilómetros enteros
Preajuste: 0000 km
Valores: 0 hasta 99999 km ó m.
Ajustar con la tecla izquierda ó derecha, seguir con la tecla izquierda.
Aqui se puede ajustar los kilómetros enteros.

Wheel/Radumf.
(tamaño de la rueda)
Ajustar tamaño de la rueda
Preajuste: 2080 mm
Valores: 1000-3999 mm
Ajustar con la tecla izquierda ó derecha, seguir con la tecla izquierda.
Aqui se puede ajustar el tamaño de la rueda.

El tamaño de la rueda se puede buscar en el cuadro (imagen G) ó medirlo uno mismo.
Si uno quiere medir el volumen pon una marca en el piso, gira la rueda una vez y haz otra marca en el piso, después mide la distancia entre los dos marcas en el piso. (en mm) – mira imagen G.

Unit km ó Unit mi
Ajustar la unida de medida kilómetros ó milas
Preajuste: km
Ajustar con la tecla derecha y seguir con la tecla Izquierda.
Aqui se puede elegir entre kilómetros (km/h) ó milas (m/h)

CAD OFF/TRITT AUS (CAD Aapagado)
Poner en marcha y apagar la frecuencia de pedaleo (ON/AN (Prender) – OFF/AUS (apagar)).
Preajuste: OFF/AUS (apagado).
Ajustar con la tecla derecha y seguir con la tecla Izquierda.
Aqui ser prende y apaga la frecuencia de pedaleo. Para utilizar este funciónamiento hay que comprar el Set de la frecuencia de pedaleo en una tienda especializado.

SET CLOCK / SET UHR (Reloj)
Aqui se ajuste la hora, la fecha y el formato de hora.
Elige con la tecla mediana.

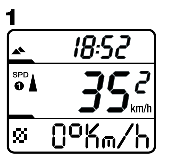
Time / Uhrzeit (Hora)
Ajustar la hora
Valores: 00:00 hasta 23:59 ó 12:00 hasta 11:59 A/P
Ajustar con la tecla derecha u izquierda y seguir con la tecla Izquierda
Aqui se puede ajustar la hora. Primero pon la hora después los minutos.

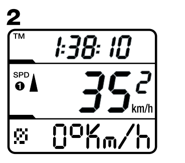
Year / Jahr (Año)
Ajustar el año
Preajuste: 2007
Valores: 2007 hasta 2099.
Ajustar con la tecla derecha y seguir con la tecla Izquierda.
Aqui se puede ajustar el año.

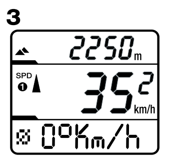
Month / Monat (Mes)
Ajustar el mes.
Preajuste: 01
Valores: 01 hasta 12.
Ajustar con la tecla derecha y seguir con la tecla Izquierda.
Aqui se puede ajustar el mes.

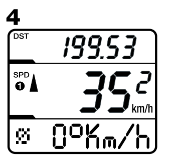
Day / Tag (Día)
Ajustar la fecha del día
Preajuste: 01
Valores: 01 hasta 31.
Ajustar con la tecla derecha y seguir con la tecla Izquierda.
Aqui se puede ajustar la fecha.

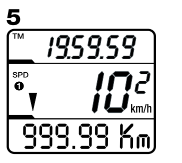
Clock / Zeit (Tiempo)
Ajustar el formato de hora
Preajuste: 24
Ajustar con la tecla derecha y seguir con la tecla Izquierda.
Aqui se puede ajustar el formato de hora: 24 - horas ó 12 - horas (AM/PM).

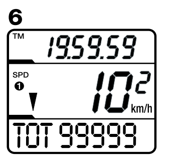
1


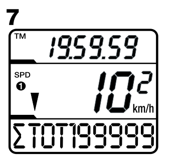
2


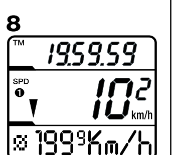
3


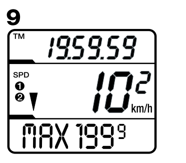
4


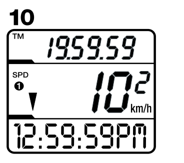
5


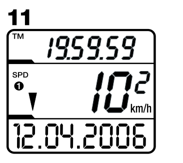
6


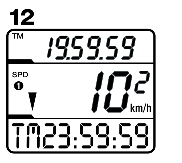
7


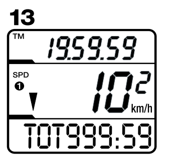
8


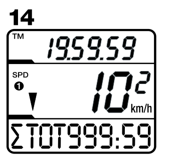
9


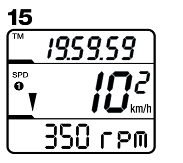
10


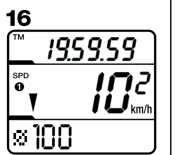
11


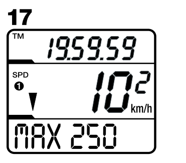
12


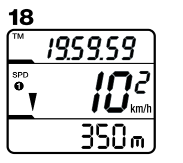
13


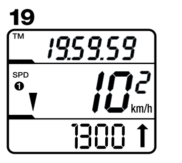
14


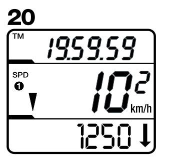
15


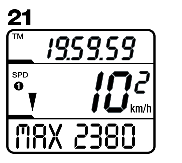
16


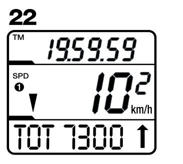
17


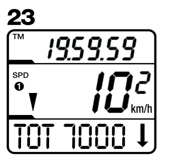
18


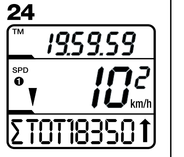
19


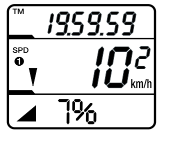
20


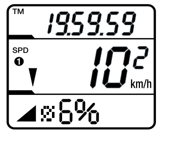
21


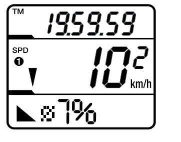
22


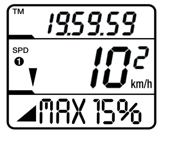
23


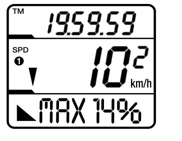
24


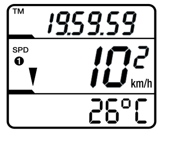
25


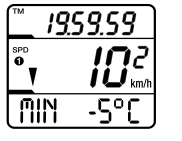
26


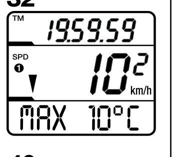
27


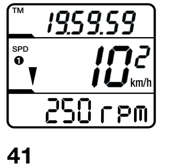
28


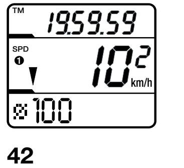
29


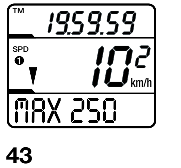
30


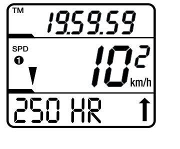
31


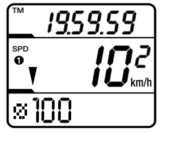
32


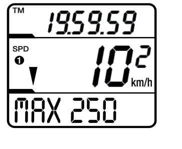
33


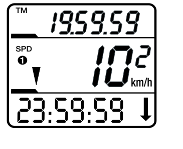
34


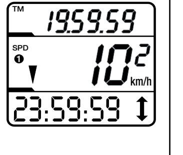
35


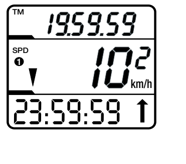
36


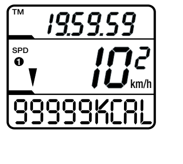
37


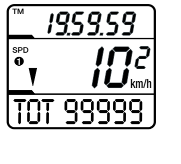
38


39


40


41


42


43


SET HR / SET HF
Aqui se puede poner en marcha la medición de la frecuencia cardiaca optional y hacer los ajustes correspondientes. Para utilizar este función es nesesario comprar el cinturón de emision con cinta elastica en una tienda especializado.

HR OFF/ON / HF EIN/AUS (Prendido/Apagado)
Preajuste: OFF/Apagado
Poner en marcha / Apagar con la tecla derecha, seguir con la tecla izquierda.

Fitness / Fitness
Ajustar el nivel de fitness
Preajuste: 3
Valores: 1 hasta 4
Poner en marcha / Apagar con la tecla derecha, seguir con la tecla izquierda.
Aqui se puede ajustar el nivel de fitness personal actual (para calcular es nesesario utilizar el limite cardiaca personal del CICLO*Inzone*®).

Significado:
1 - no entrenado
2 - poco entrenado
3 - bien entrenado
4 - muy bien entrendao

Sex / Sexo
Ajustar el sexo
Poner en marcha / Apagar con la tecla derecha, seguir con la tecla izquierda.
Aqui se puede ajustar el sexo (nesesario para la calculación de CICLO*Inzone*® y la calculación de las calorias)
M = male / masculino
F / W = female / feminino

Weight / Peso
Ajustar el peso
Preajuste: 070 kg
Valores: 20 hasta 220 kg
Ajustar con la tecla derecha y izquierda, seguir con la tecla izquierda.
Aqui se puede ajustar el peso actual del usario (nesesario para la calculación de CICLO*Inzone*® y la calculación de las calorias)

Birthday / Fecha de nacimiento
Ajustar fecha de nacimiento
Preajuste: 1960
Valores: 1920 hasta 2006
Ajustar con la tecla derecha y izquierda, seguir con la tecla izquierda.
Aqui se puede ajustar la fecha de nacimiento del usario (nesesario para la calculación de CICLO*Inzone*®)

InZone
Aqui se puede poner en marcha la caluculación de la CICLO*Inzone*® por presionar la tecla derecha y izquierda brevemente al mismo tiempo (para mas información de la CICLO*Inzone*®mira cap. 4)
Para saltar la calculación de la CICLO*Inzone*® presiona la tecla izquierda brevemente.

Para calcular la CICLO*Inzone*® personal hay que ajustar primero los valores personales como el nivel de fitness, el sexo, el peso, la fecha de nacimiento.
Para la calculación se pone el cinturón de emision y se toma una posición de descanso (de preferencia toma asiento), despues se prende la calculación de la CICLO*Inzone*® (presionar la tecla derecha y izquierda brevemente al mismo tiempo)

El CM 4.4A empieza ahora con la cuenta atrás de 5 minutos. En este tiempo sique en la posición de descanso. El CM 4.4A. mide solamente la frecuencia cardiaca mas baja de este tiempo de descanso (frecuencia cardiaca de descanso) y toma estos datoas para la calculación siguiente. Minetras la cuenta atrás se puede ver en el display de arriba la cuenta atrás de 5 minutos y en el display de abajo la frecuencia cardiaca medida. Despues de los 5 minutos se puede ver el valor inferior de la CICLO*Inzone*® personal calculada.

Lower HR / Untere Herzfrequenz
(Frecuencia cardiaca inferior)
Aqui se puede ajustar la frecuencia cardiaca inferior, según la calculacion de la CICLO*Inzone*® va a mostrar la frecuencia cardiaca personal inferior calculada. Cuando se pasa esta frecuencia el CM 4.4A va a prender un alarma óptico (indicado por una flecha al lado derecho de la frecuencia cardiaca mostrada en el display de abajo ▼).
Ajustar con la tecla derecha y izquierda, seguir con la tecla izquierda.

Upper HR / Obere Herzfrequenz
(Frecuencia cardiaca superior)
Aqui se puede ajustar la frecuencia cardiaca superior, según la calculacion de la CICLO*Inzone*® va a mostrar la frecuencia cardiaca personal superior calculada. Cuando se pasa esta frecuencia el CM 4.4A va a prender un alarma óptico (indicado por una flecha al lado derecho de la frecuencia cardiaca mostrada en el display de abajo ▲).
Ajustar con la tecla derecha y izquierda, seguir con la tecla izquierda.

Max HR / Frecuencia cardiaca máxima
Aqui se muestra la frecuencia cardiaca personal máxima calculada.

SET MISC
Aqui se puede poner el modo de ahorro de electricidad (Powerdown) ó hacer un reset (borrar todos los datos).
Elige con la tecla mediana.

Powerdown / STROMSPAR
Aqui se puede poner el modo de ahorro de electricidad (p.e. para conservar los datos antes de cambiar la pila).
Presiona la tecla derecha y izquierda brevemente al mismo tiempo, se apaga el display y el CM 4.4A esta en el modo de ahorro de electricidad. Por presionar cualquier tecla se "prende" el CM 4.4A de nuevo y el modo de funciónamiento normal aparece.

Reset / Löschen (Borrar)
Aqui se puede borrar todo los valores (tambien los valores enteros).
Presiona la tecla derecha y izquierda brevemente al mismo tiempo, en el display aparece el anuncio ‚reset', después aparece el modo de funciónamiento normal.

Para borrar solo los valores del día presiona la tecla derecha y izquierda al mismo tiempo por 3 seg. en el modo de funciónamiento normal.

3. Funciónamientos

El CM 4.4A tiene un modo automatico de comenzar y parar (Start/ Stopp) en el funciónamiento de marcha.
Quiere decir que cuando la rueda empieza a rotar aparece el modo de funciónamiento normal y después de 4 segundos indica la velocidad actual. 1 minuto después de la ultima rotación de la rueda ó después de la ultima presión de cualquier tecla, el display se pone en el modo de descance. Por presionar cualquier tecla ó mover la rueda se prende de nuevo.

El CM 4.4A tiene tres modo: bicicleta 1, bicicleta 2, y el "No-Bike"-Modo (no-bicicleta-modo).
Para cambiar entre modo bicicleta 1 a bicicleta 2 y el No-Bike-Modo presiona la tecla derecha y izquierda brevemente al mismo tiempo (cambiar el modo funcióna solamente cuando la velocidad = 0).
En el display mediano al la izquierda indica ‚①' ó ‚②' depende si el CM 4.4A esta en al modo de la bicicleta 1 ó 2. Si el CM 4.4A esta en el modo de No-Bike el display mediano no indica ningun numero.
En el modo de No-Bike el CM 4.4A solamente indica los valores que no se refieren al la bicicleta (altura, temperatura, hora). Este modo esta hecho en caso de utilizar el CM 4.4A sin bicicleta (p.e. con la pulsera).
La indicación de la frecuencia cardiaca (optional) tambien funciona sin el señal de la rueda: Cuando el CM 4.4A esta en el modo de funcionamiento normal (por presionar cualquier tecla ó por el Auto-Start) el receptor de la frecuencia cardiaca esta prendido automaticamente (si la funcion de la frecuencia cardiaca esta puesto). Mientras el display muestra la frecuencia cardiaca el CM 4.4A no se pone en el modo de descanso automaticamente.

Para reponer los valores del día a cero presiona la tecla derecha y izquierda brevemente al mismo tiempo 3 segundos

El CM 4.4A tiene un display de tres lineas. La parte mediana siempre indica la velocidad, el numero 1 para la bicicleta 1 y el numero 2 para la bicicleta 2.
Los funciónamientos del display de arriba se puede saltar con la tecla derecha, los funciónamientos del display de abajo con la tecla izquierda.

Presionar brevemente las teclas medianas indica las subfunciónamientos de los funciónamientos del display de abajo.
Para todos los subfunciónamientos: el display indica la función por 10 segundos después cambia al la función principal.

Funciónamientos del display de arriba:
TM – Tiempo del recorrido del día (imagen 2)
DST – Distancia del recorrido del día (imagen 4)
Altura (imagen 3)
HR (♥)
Hora (imagen 1)

Funciónamientos del display mediano:
SPD – Velocidad actual
Indica la velocidad actual en km/h ó m/h
Valores: 0 hasta 199,9 km/h ó m/h
Las flechas al mano izquierda del display indican si la velocidad actual esta sobre (flecha hacia arriba) ó debajo (flecha hacia abajo) del promedio de la velocidad actual.

Funciónamiento del display de abajo:
DST – Distancia del día (Imagen 5)
Indica la distancia del recorrido hasta ahora en kilómetros ó milas
Valores: 0 hasta 999,99 km ó m

***TOT – Distancia entera* (imagen 6)**
Subfunciónamiento de "Distancia del día".
Indica los kilómetros enteros de todos los recorridos hasta ahora (desde el último reset ó cambio de pila)
Valores: 0 hasta 99999 km ó m

∑*TOT – Suma de la distancia de bicicleta 1 y 2* (imagen 7)
Subfunciónamiento de "Distancia del día".
Indica los kilómetros enteros de todos los recorridos de la bicicleta 1 y 2 hasta ahora (desde el último reset ó cambio de pila)
Valores: 0 hasta 99999 km ó m

Altura actual (imagen 18)
Indica la altura actual (sobre el nivel del mar). La altura se indica en distancias de 1 metro. La altura se mide por la présion atmosférica por esa razon depende del tiempo.
Valores: -300 hasta +6000 m ó ft

Indicación: Los metros de la altura se suman solamente cuando la rueda de la bicicleta se estan moviendo. En el modo de No-Bike se suman siempre.

Metros de ascenso diarios (imagen 19)
Subfunciónamiento de "Altura actual".
Indica los metros subidos actual.
Valores: 0 - 20000 m ó ft

Metros de descenso diarios (imagen 20)
Subfunciónamiento de "Altura actual".
Indica los metros bajados actual.

MAX – altura máxima (imagen 21)
Subfunciónamiento de "Altura actual".
Indica la altura máxima alcanzada del tour.
Valores: -300 hasta +6000 m ó ft

TOT – Metros de ascenso total (imagen 22)
Subfunciónamiento de "Altura actual".
Indica la suma de los metros subidos hasta ahora.
Valores: 0 hasta 20000 m ó ft

TOT – Metros de descenso total (imagen 23)
Subfunciónamiento de de "Altura actual".
Indica la suma de los metros bajados hasta ahora.
Valores: 0 hasta 20000 m ó ft

∑TOT – Suma de metros de altura de la bicicleta 1 y 2 (imagen 24)
(Este subfunciónamiento no aparece en el modo de No-Bike)
Subfunciónamiento de "Altura actual".
Indica la suma de los metros subidos en total.
Valores: 0 hasta 20000 m ó ft

Elevación actual / Pendiente (imagen 25)
Indica la elevación y la pendiente actual en porcentaje. El símbolo a la izquierda abajo en el display indica si es la elevación (◢) ó la pendiente (◣).
Valores: 0 hasta 100%

Atención: el porcentaje exacto aparece en el display a partir de 50 m - 100 m después de la elevación ó la pendiente. Esto no depende de la velocidad.

Promedio de la elevación (imagen 26)
Subfunciónamiento de "Elevación actual / pendiente".
Indica el promedio de la elevación actual.
Valores: 0 hasta 100%

Promedio del pendiente (imagen 27)
Subfunciónamiento de "Elevación actual / pendiente".
Indica el promedio de la pendiente actual.
Valores: 0 hasta 100%

Elevación máxima (imagen 28)
Subfunciónamiento de "Elevación actual / pendiente".
Indica la elevación máxima alcanzada.
Valores: 0 hasta 100%

Pendiente máximo (imagen 29)
Subfunciónamiento de "Elevación actual / pendiente".
Indica el pendiente máximo alcanzado.
Valores: 0 hasta 100%

Ø – Promedio de la velocidad (imagen 8)
Indica el promedio de la velocidad actual en km/h ó m/h
Valores: 0 hasta 199,9 km/h ó m/h (los numeros después de la coma estan redondeados)

***MAX – Velocidad máxima* (imagen 9)**
Indica la velocidad máxima realizada hasta ahora en km/h ó m/h
Valores: 0 hasta 199,9 km/h ó m/h (los numeros después de la coma estan redondeados)

Temperatura (imagen 30)
Indica temperatura actual
Valores: -10 hasta +50°C ó F

Indicación: Tener el CM 4.4A cerca de su cuerpo puede afectar la medición de la temperatura.

MIN – temperatura mínima (imagen 31)
Subfuncionamiento "Temperatura"
Indica temperatura mínima.
Valores: -10 hasta +50°C ó F

MAX – temperatura máxima (imagen 32)
Subfuncionamiento de "Temperatura"
Indica temperatura máxima.
Valores: -10 hasta +50°C ó F

Hora (imagen 10)
Indica la hora actual
Valores: 00:00:00 hasta 23:59:59 ó 12:00:00 hasta 11:59:59 AM/PM

Fecha (imagen 11)
Subfuncionamiento de "Hora"
Indica le fecha actual en el formato TT.MM.JJ (Día.Mes.Año)

TM /– Tiempo del recorrido del día (imagen 12)
Indica el tiempo del recorrido actual.
Valores: 0 hasta 9:59:59 h

***TOT – Tiempo entero del recorrido* (imagen 13)**
Subfuncionamiento de "Tiempo del recorrido del día".
Indica el tiempo entero del recorrido (desde el último reset ó cambio de pila)
Valores: 0 hasta 999:59 h

∑*TOT – Tiempo entero del recorrido de la bicicleta 1 y 2* (imagen 14)
Subfuncionamiento de "Tiempo del recorrido del día".
Indica el tiempo entero del recorrido de la bicicleta 1 y 2 (desde el último reset ó cambio de pila).
Valores: 0 hasta 999:59 h

Todos estos funcionamientos solamente aparecen si el modo de ajuste esta puesto (para la medición de la frecuencia de pedaleo se nesecita el Set de la frecuencia de pedaleo).

CAD – frecuencia de pedaleo (imagen 33)
Muestra la frecuencia de pedaleo actual (en rpm = rotaciones por minuto)
Valores: 0 hasta 250 rpm

***Ø – promedio de la frecuencia de pedaleo* (imagen 34)**
Muestra el promedio de la frecuencia de pedaleo (desde el último reset)
Valores: 0 hasta 250 rpm

***MAX – frecuencia de pedaleo máxima* (imagen 35)**
Muestra la frecuencia de pedaleo máxima realisada hasta ahora (desde el último reset)
Valores: 0 hasta 250 rpm

Las funciones siguientes (frecuencia cardiaca y consumo de calorias) solo aparecen en el display cuando el modo de la frecuencia cardiaca esta puesta (para la medición de la frecuencia cardiaca se necesita una cinta elástica de plástico que se puede comprar aparte).

HR - Frecuencia Cardiaca (imagen 36)
Muestra la frecuencia cardiaca (en bpm = beats per minute / latidos por minuto)
Valores: 0 hasta 250 bpm
La flecha al lado de la frecuencia cardiaca en el display de abajo muestra si la frecuencia cardiaca actual se encuentra arriba ▲, dentro ▼▲ ó abajo ▼ de la frecuencia cardiaca ajustada.

Ø - Promedio de la frecuencia cardiaca (imagen 37)
Sunfuncionamiento del funcionamiento frecuencia cardiaca.
Muestra el promedio de la frecuencia cardiaca (despues del último repuesto de los valores)
Valores: 0 hasta 250 bpm

MAX - Frecuencia cardiaca máxima (imagen 38)
Sunfuncionamiento del funcionamiento frecuencia cardiaca.
Muestra la frecuencia cardiaca máxima realizada hasta ahora (despues del último repuesto de los valores)
Valores: 0 hasta 250 bpm

El tiempo debajo de la frecuencia cardiaca ajustada (imagen 39)
Sunfunción del funcionamiento frecuencia cardiaca.
Muestra el tiempo en cual la frecuencia cardiaca estaba debajo de la frecuencia cardiaca ajustada (despues del último repuesto de los valores).
Valores: 0 hasta 9:59:59 h

El tiempo dentro de la frecuencia cardiaca ajustada (imagen 40)
Sunfuncionamiento del funcionamiento frecuencia cardiaca.
Muestra el tiempo en cual la frecuencia cardiaca estaba dentro de la frecuencia cardiaca ajustada (despues del último repuesto de los valores).
Valores: 0 hasta 9:59:59 h

El tiempo arriba de la frecuencia cardiaca ajustada (imagen 41)
Sunfuncionamiento del funcionamiento frecuencia cardiaca.
Muestra el tiempo en cual la frecuencia cardiaca estaba arriba de la frecuencia cardiaca ajustada (despues del último repuesto de los valores).
Valores: 0 hasta 9:59:59 h

kCal - Consumo de Calorias (imagen 42)
Muestra el comsumo de calorias hasta ahora (despues del último repuesto de los valores).
Valores: 0 hasta 99999 kCal

TOT - Consumo de Calorias entero (imagen 43)
Sunfuncionamiento del funcionamiento consumo de calorias
Muestra el consumo de calorias entero hasta ahora (despues del último repuesto de los valores ó el cambio de pilas).

4. Filosofía de la CICLO*InZone*® y uso

CICLO*Inzone*® es un servicio de entrenamiento muy personal en forma de un controlador de entrenamiento. Con ayuda de los datos personales y del pulso de reposo, el CICLO*Inzone*® calcula el campo de entrenamiento óptimo.
Igual si es Correr, Caminata – Nordic, Biker, Ciclismo-Indoor y muchos más ... CICLO*Inzone*® maneja el entrenamiento cardiaco individual. ¿Mejorar la condicion? – ¿Perder peso? – ¿Entrenamiento enfocado a la salud? Cada quien tiene una meta diferente con su entrenamiento. ¿Pero como debe uno entrenar para llegar lo más eficientemente posible a la meta? ¿Como encontrar la intensidad correcta del entrenamiento? CICLO*Inzone*® es EL campo de entrenamiento óptimo para fuerza, resistencia y quema de grasas.

¿Que hace el Ciclo*Inzone*®?
Calcula el campo de entrenamiento óptimo para fuerza, resistencia y quema de grasas. Este es individual y construye una recomendación de entrenamiento que se encuentra siempre entre el 70 y 85% de la frecuencia máxima cardiaca. (+/- 5% de margen de error tomando en cuenta la frecuencia cardiaca de reposo actual y del nievel de condicion física).
Con el CICLO*Inzone*® se retoma la temática de quema de grasas y se vuelve a enseñar que menos no siempre es más.

5. Cambio de pilas

Abre la tapa en la parte de atrás del CM 4.4A con una moneda girando hacia la izquierda. Quita la pila vieja y pon una nueva Pila de 3V-Lithium del typo CR 2032 con el polo positivo hacia arriba. Ciera la tapa.
(El cambio de pilas del cinturón de emision optional funcióna tambien de esta manera)
Emisora (de la velocidad): Abre la tapa en la parte de arriba de la emisora con una moneda girando hacia la izquierda. Quita la pila vieja y pon una nueva de 12 voltios del typo 23A con el polo positivo hacia arriba. Ciera la tapa.

Porfavor no botes la pila en la basura normal sino en la basura para pilas.

6. Eliminación de avería

Apariencia del valores raros ó ningunos en el display
- Revisa si la pila esta bien puesta ó cambiala

No aparece la velocidad actual
- Revisa si el sensor esta bien puesta
- Revisa si el Iman de los rayos de la rueda esta bien puesta (en los rayos en frente del emisor, max. 3mm de distancia)
- Revisa si el CM 4.4A esta bien ficho en el soporte de manilla
- Revisa el tamaño de la rueda puesta

Velocidad muy alto ó bajo
- Revisa el tamaño de la rueda puesta
- Revisa unida de medida

Altura indica valores falsos
- Revisa la altura de la casa (mira ajustes básicos) tal vez se puso valores falsos
- Presión atmosférica se cambia p.e. por cambios del tiempo (reajustar la altura actual)

No muestra la frecuencia carciaca ó muestra valores raros oscilantes
- Revisa si el funcionamiento de la frencuencia cardiaca esta puesta (en el modo de ajustes)
- Revisa cinturón de emisión (Pilas)
- Revisa si la piel esta muy seco/frio
- Revisa si la distancia entre el CM 4.4A y el cinturón esta muy grande

No muestra la frecuencia de pedaleo ó muestra valores raros oscilantes
- Revisa si el funcionamiento de la frencuencia de pedaleo esta puesta (en el modo de ajustes)
- Revisa el montaje de la frecuencia de pedaleo
- Revisa si la distancia entre la emisora de la frecuencia de pedaleo y el iman de la frecuencia de pedaleo esta muy grande (máx. 3 mm)

7. Garantía

El CM 4.4A tiene una garantía de 24 meses. La garantía esta limitada a defectos del material ó defectos que resultan del procesamiento. Las pilas estan excluidos de la garantía.
La garantía esta valido solamente en caso de que el aparato ha experimentado un tratamiento adecuado seguido las instrucciones.
En el caso de garantía por favor busqua la tienda donde lo compro, un distribuidor cerca ó mandanos el aparato con el recibo (fecha) y todos los accesorios y franqueado suficiente a la dirección de abajo.

CicloSport Service
K. W. Hochschorner GmbH
Einsteinstr. 39a
D-82152 Martinsried

ciclo-service@ciclosport.de
www.ciclosport.com

Antes de mandarnos el aparato por favor revisalo bien de nuevo y lea las instrucciones de manejo con cuidado ó revisa la pila.
En caso de garantía le mandamos el aparato reparado ó cambiado gratuito de nuevo a su casa.

Reparación: Si nos manda el aparato para repararlo ó en caso de que no aceptamos la garantía lo reparamos hasta un total de 19.- euros automáticamente.
El envío del aparato seria en este caso por Apellido.

Tratamiento de los equipos eléctricos y electrónicos al final de su vida útil (Aplicable en la Unión Europea y en países europeos con sistemas de recogida selectiva de residuos).
Este sinibolo eii su equipo o su embalaje indica que el presente producto no puede ser tratado como residuos domésticos normales, sino que deben entregarse en el correspondiente punto de recogida de equipos eléctricos y electrónicos. Asegurándose de que este producto es desechado correctamente, Ud. está ayudando a prevenir las consecuencias negativas para el medio ambiente y la salud humana que podrían derivarse de la incorrecta manipulación de este producto. El reciclaje de materiales ayuda a conservar las reservas naturales. Para recibir información detallada sobre el reciclaje de este producto, por favor, contacte con su ryuntamiento, su punto de recogida más cercano o el distribuidor donde adquirió el producto.

Cupón de garantía:

Remitente:

Apellido

Nombre

Calle, Nr.

CP/Lugar

Teléfono (durante el día)

E-Mail

Razón de la devolución:

Al cabo de la garantía las reparaciones se harán hasta un valor de

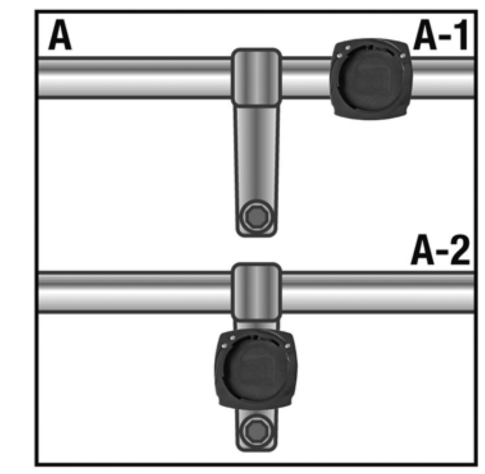
______________ Euro.

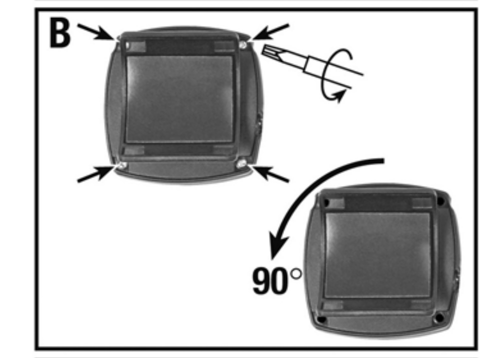
www.ciclosport.com

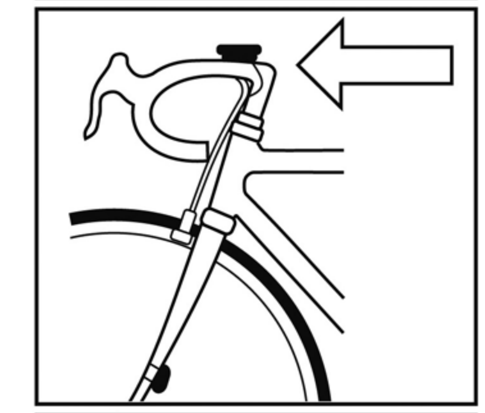
CICLOSPORT
SPORTS INFORMATION SYSTEMS

CICLOMASTER

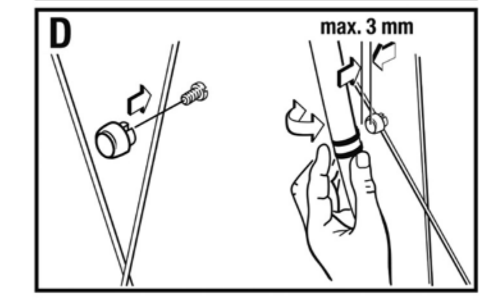
CM 4.4A

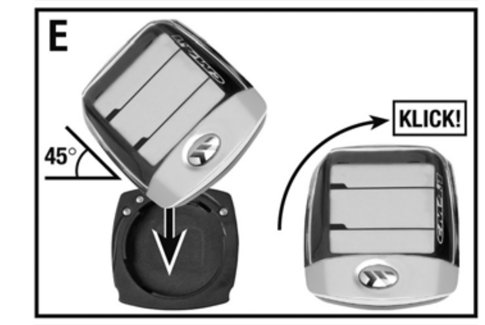
A


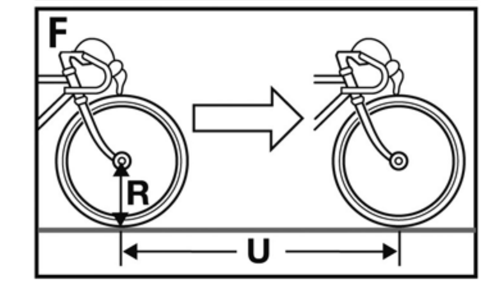
B




C

D


E


F


G

Afmetingen luchtband		Omtrek
40-559	26 x 1,5	2026 mm
44-559	26 x 1,6	2051 mm
47-559	26 x 1,75	2070 mm
50-559	26 x 1,9	2026 mm
54-559	26 x 2,00	2089 mm
57-559	26 x 2,125	2114 mm
37-590	26 x 1 3/8	2133 mm
32-620	27 x 1 1/4	2199 mm
40-622	28 x 1,5	2224 mm
47-622	28 x 1,75	2268 mm
40-635	28 x 1 1/2	2265 mm
37-622	28 x 1 3/8	2205 mm
20-622	700 x 20C	2114 mm
23-622	700 x 23C	2133 mm
25-622	700 x 25C	2146 mm
28-622	700 x 28C	2149 mm
32-622	700 x 32C	2174 mm

(NL) GEBRUIKSAANWIJZING

Hartelijk gefeliciteerd!

Met de **CICLO*MASTER* CM 4.4A** heeft u een draadloze fietscomputer met de hoogst mogelijke nauwkeurigheid verkregen. Hij beschikt over de modernste elektronica en is tegen weer en wind bestand.
De **CM 4.4A** biedt tevens optioneel de mogelijkheid, de trapfrequentie en ook de hartfrequentie te meten. De daarvoor benodigde onderdelen zijn te verkrijgen in de speciaalzaak.
Bovendien beschikt de **CM 4.4A** over het Two-In-One-Systeem: d.w.z. u kunt hem voor 2 fietsen gebruiken en de waarden voor elke fiets apart of voor samen opgeteld aan laten geven.
Leest u de gebruiksaanwijzing a.u.b. nauwkeurig door.

Inhoud van de verpakking:
- CICLOMASTER CM 4.4A
- Batterij type CR 2032
- Batterijafdekking
- Stuurhouder
- Zender
- Snoerbinder voor de bevestiging
- Spaakmagneet

1. Montage

De stuurhouder kan zowel aan het stuur als ook aan de voorbouw worden bevestigd.
Afb. A: Montage aan het stuur (positie A-1) en aan de voorbouw (positie A-2) mogelijk
Afb. B: Voor montage aan de voorbouw (positie B) het bovenste deel omschroeven Beschermfolie van de onderzijde van de stuurhouder verwijderen, stuurhouder op de gewenste plaats zetten, licht aandrukken en met de snoerbinders bevestigen.
Afb. C: Zender met de snoerbinders aan de vork bevestigen en de uitstekende einden van de snoerbinders afsnijden (max. afstand van de stuurhouder 60 cm; het beste is een montage aan de rechterzijde. Stuurhouder en zender moeten aan dezelfde kant zijn).
Afb. D: Magneet aan een spaak tegenover de zender bevestigen
Zender en magneet uitlijnen (afstand max. 3 mm)
Afb. E: CM 4.4A een kwartslag naar links gedraaid in de stuurhouder zetten, voor het in elkaar klikken een kwart slag naar rechts draaien (a.u.b. erop letten, dat hij goed vast klikt). Voor het afnemen van de CM 4.4A weer een kwartslag naar links draaien en uit de stuurhouder nemen.

1.1 Montage van de optionele trapfrequentie

De stuurhouder zoals boven beschreven monteren. Het snoertje wordt naar de trapas geleid (het beste aan de linker kant).
De sensor aan het snoertje wordt tegenover de trapas met de snoerbinders bevestigd (snoerbinder nog niet vasttrekken). De trapfrequentiemagneet aan de trapas bevestigen (afstand max. 3 mm). Belangrijk: de magneet moet aan de markering op de sensor voorbij gaan. Trapfrequentiemeting op de CM 4.4A inschakelen (zie hfdst. 2.1), trapas draaien en controleren, of het signaal bij de CM 4.4A aankomt. Dan de snoerbinder vasttrekken.

1.2 Aanbrengen van de optionele zenderband

N.B.: In de regel moet iedereen die aan fitnesstraining begint zich aan een lichamelijk onderzoek onderwerpen. Dit geldt vooral voor beginners, voor personen die weer opnieuw gaan sporten en ouder dan 35 jaar zijn en bij bekende ziektes of lichamelijke klachten. Zijn er bepaalde risicofactoren, zoals roken, hoge bloeddruk, verhoogd cholesterolgehalte, diabetes, gebrek aan beweging en overgewicht dan moet men in ieder geval een arts raadplegen.

Heeft u een Pacemaker, dan mag u de hartslagmeter alleen na raadpleging van uw arts gebruiken.

De zenderband wordt in de elastische borstkasgordel geplaatst en om het bovenlichaam vastgemaakt. De zender (het plastic element met tekst) moet boven het midden van het bovenlichaam aan de onderkant van het borstbeen aangebracht zijn en het opschrift van de zender moet (vanaf de voorkant gezien) leesbaar zijn. De links en rechts van de zender in de gordel geïntegreerde elektroden moeten in contact met de huid zijn.
De gordel strak trekken, zodat een voortdurend contact tijdens de beweging gegarandeerd is en deze niet af kan zakken.
Indien de CM 4.4A geen hartslag aangeeft, kan dat aan het ontbrekende contact tussen huid en elektroden liggen. Vaak helpt het, als men de elektroden en de daaronder liggende huid vochtig maakt. Het beste contact bereikt men met een elektrode-gel (verkrijgbaar in de apotheek).
Een hartslagmeting is alleen dan mogelijk als de borstgordel met de zender correct aangebracht is en de CM 4.4A binnen het bereik van de zender is (max. 60 cm afstand).

2. Ingebruikname

Inzetten van de batterij:
Batterij type CR2032 met de pluspool naar boven inzetten. De batterijafdekking erop leggen en met behulp van een munt sluiten. Na het inzetten van de batterij verschijnt op het display de normale gebruiksmodus (Afb. A).
(Verschijnt er geen aanduiding op het display of verschijnen onzinnige waarden, AC-knop op de achterzijde kort indrukken. Daarmee worden ook alle instellingen en waarden gewist).

2.1 Instellingen

Door drie seconden lang op de middelste toets te drukken wordt de instellingsmodus opgeroepen. Op het display verschijnt de aanduiding ‚SET BIKE1'.
Door opnieuw 3 seconden lang op de middelste toets te drukken kan de instellingsmodus in elke instelling weer worden verlaten.
(Als de weergave van de CM 4.4A op Duitse tekst omgeschakeld moet worden, dan de linker toets kort indrukken, op het display verschijnt de aanduiding van
‚LANGUAGE'. Met de middelste toets bevestigen en dan kan met de rechter toets van ‚English' naar ‚Deutsch' worden omgeschakeld. Met de linker toets de gewenste instelling bevestigen en dan kort de rechter toets indrukken, om weer ‚SET BIKE1' of ‚SET RAD1' op het display te zien).
Aangezien de CM 4.4A zowel Duitse als Engelse teksten aan kan geven, worden hier in de gebruiksaanwijzing steeds beide aanduidingen aangegeven.

Met de rechter, resp. linker toets kunnen de verschillende instellingsmodi worden uitgekozen, door kort op de middelste toets te drukken wordt de aangegeven instellingsmodus opgeroepen.

Mogelijke instellingsmodi:
SET ALT / SET HOEHE
SET BIKE1 / SET RAD1
SET CLOCK / SET UHR
SET HR / SET HF
SET MISC
EXIT / ENDE
LANGUAGE / SPRACHE

Elke instellingsmodus kan meerdere instellingsmogelijkheden hebben.

Voor deze instellingen geldt: met de rechter toets wordt de knipperende waarde veranderd (door de rechter toets lang in te drukken wordt sneller naar boven geteld), met de linker toets wordt de waarde opgeslagen en naar de volgende waarde overgegaan, resp. de volgende instelling aangegeven.

Om beter onderscheid te kunnen maken, zijn in het navolgende de instellingsmodi **vet gedrukt** en de instellingsmogelijkheden ***vet en cursief***.

SET ALT / SET HOEHE
Hier kunnen de instellingen voor de hoogtemeting worden gedaan.
Kiezen met de middelste toets.

ALITUDE / HOEHE
Veranderen van de actuele hoogte
Meetbereik: -300 tot +6000 m resp. ft
Instellen met de rechter en linker toets, verder met de linker toets.
Hier kan de actuele hoogte worden veranderd, b.v. wanneer tijdens een rit vastgesteld wordt, dat de door de CM 4.4A aangegeven hoogte van de werkelijke hoogte afwijkt (kan door luchtdrukschommelingen voorkomen).

HOME OFF / HEIM AUS
In-/uitschakelen van de thuiswaarde voor de hoogtemeting.
Vooringesteld staat: OFF.
Instellen met de rechter toets, verder met de linker toets.
Hier kan het automatisch terugzetten op de thuishoogte in- of uitgeschakeld worden.

HOME ALT / HEIMHOEHE
Uitgangswaarde voor de hoogtemeting (thuiswaarde)
Meetbereik: -300 tot +6000 m resp. ft
Instellen met de rechter en linker toets, verder met de linker toets
De CM 4.4A heeft een barometrische hoogtemeting, die zich automatisch aan temperatuurschommelingen aanpast, maar kan echter door luchtdrukveranderingen (b.v. 's nachts) wisselende waarden aangeven. Om deze wisselingen te compenseren, kan hier de beginhoogte worden ingegeven (b.v. die van de woonplaats, als meestal van daaruit gestart wordt).
Elke keer bij het terugzetten van de dagwaarde (wissen) wordt de actuele hoogte op de hier ingegeven waarde teruggezet. Deze functie moet bij een verandering van beginlocatie (b.v. in de vakantie) worden uitgeschakeld of de thuiswaarde moet aan de vakantieplaats worden aangepast.

UNIT m
Instellen van de meeteenheid voor de hoogteaanduiding.
Ingesteld staat: m (meter).
Hier kan worden ingesteld, of de aanduiding van de hoogte in meter (m) of in feet (ft) gegeven wordt.

UNIT °C
Instellen van de meeteenheid voor de temperatuuraanduiding.
Ingesteld staat: °Celsius.
Hier kan worden ingesteld, of de aanduiding van de temperatuur in °Celsius (C) of in ° Fahrenheit (F) gegeven wordt.

SET BIKE1 / SET RAD1
Hier kunnen de instellingen voor fiets 1, zoals totaal aantal km, wielomtrek, meeteenheid, etc. worden ingegeven.
Uitkiezen met de middelste toets.
Om de instellingen voor fiets 2 in te geven, in de normale gebruiksmodus de rechter en linker toets tegelijkertijd kort indrukken om naar fiets 2 te wisselen, dan opnieuw de instellingsmodus oproepen (daar verschijnt dan SET BIKE2 /SET RAD 2).

DAY DST / TAGES-DST
Het instellen van het aantal km per dag.
Ingestelde waarde: 000.00 km.
Meetbereik: 000,00 tot 999,99 km resp. mijl.
Instellen met rechter en linker toets, verder met linker toets.
Hier kunnen de km per dag worden ingesteld, bijv. bij ritten volgens een Tour-Guide-boek.
Op de functie totaal aantal km heeft deze instelling geen uitwerking. Daar worden alleen de daadwerkelijk gereden km geteld.

TOT DST / GES. DST
Instellen van het totale aantal km.
Ingestelde waarde: 0000 km.
Meetbereik: 0 tot 99999 km resp. m.
Instellen met rechter en linker toets, verder met linker toets.
Hier kan het totale aantal km worden ingesteld.

Wheel/Radumf.
Instellen van de wielomtrek.
Ingestelde waarde: 2080 mm.
Meetbereik: 1000-3999 mm.
Instellen met rechter en linker toets, verder met linker toets.
Hier kan de wielomtrek worden ingesteld.

De wielomtrek kan uit de tabel (afb. G) worden genomen of kan zelf worden gemeten.
Indien de wielomtrek zelf moet worden gemeten, een markering aan de voorband en op de grond (b.v. met krijt) maken. Met het wiel rechtuit, precies één wielomdraaiing (met de juiste luchtdruk en gewicht van de fietser) vooruit rijden en de plaats op de grond markeren. Nu kan de exacte wielomtrek tussen de beide markeringen op de grond worden gemeten (in mm) zie Afb. F.

Unit km resp. Unit mi
Instellen van de meeteenheid km of mijl.
Ingestelde eenheid: km.
Instellen met rechter toets, verder met linker toets.
Hier kan uitgekozen worden, of de aanduiding in km (km/h) of in mijl (m/h) gedaan wordt.

CAD OFF / TRITT AUS
In-/uitschakelen van de trapfrequentie (ON/AN – OFF/AUS).
Ingesteld is: OFF/AUS.
Instellen met rechter toets, verder met linker toets.
Hier kan de trapfrequentiemeting in- resp. worden uitgeschakeld. Om deze functie te gebruiken is het optionele trapfrequentie-setje nodig (te verkrijgen in uw speciaalzaak).

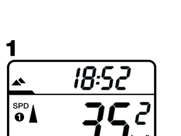
SET CLOCK / SET UHR
Hier kan de tijd, datum, tijdsomvang worden ingesteld.
Kiezen met de middelste toets.

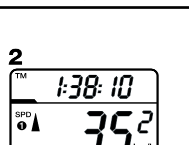
Time / Uhrzeit
Instellen van de tijd
Meetbereik: 00:00 tot 23:59 resp. 12:00 tot 11:59 AM/PM
Instellen met rechter en linker toets, verder met linker toets.
Hier kan de actuele tijd worden ingesteld. Daarbij worden eerst de uren en dan de minuten ingesteld.

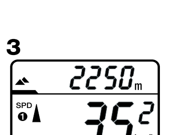
Year / Jahr
Instellen van het jaar.
Ingesteld jaar: 2007.
Meetbereik: 2007 tot 2099.
Instellen met rechter toets, verder met linker toets.
Hier kan het actuele jaar worden ingesteld.

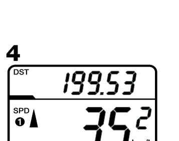
Month / Monat
Instellen van de maand.
Ingestelde waarde: 01.
Meetbereik: 01 tot 12.
Instellen met rechter toets, verder met linker toets.
Hier kan de actuele maand worden ingesteld.

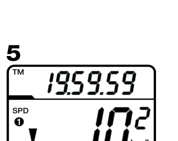
Day / Tag
Instellen van de dag.
Ingestelde waarde: 01.
Meetbereik: 01 tot 31.
Instellen met rechter toets, verder met linker toets.
Hier kan de actuele dag worden ingesteld.

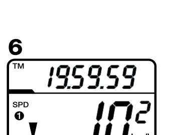
1


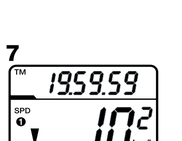
2


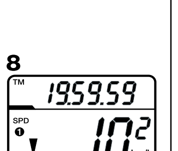
3


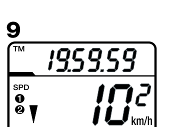
4


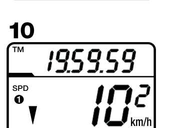
5


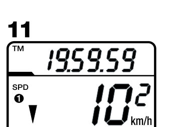
6


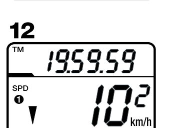
7


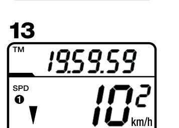
8


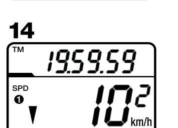
9


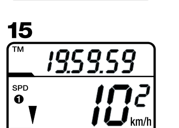
10


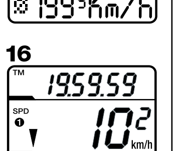
11


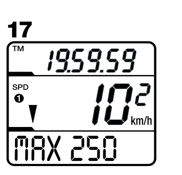
12


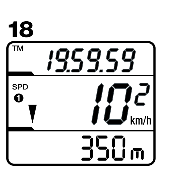
13


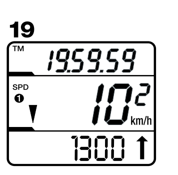
14


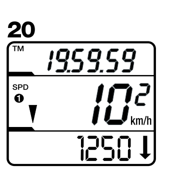
15


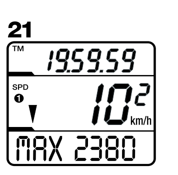
16


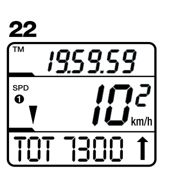
17


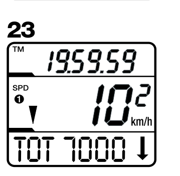
18


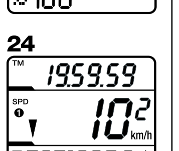
19


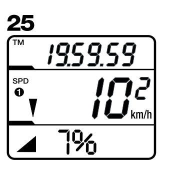
20


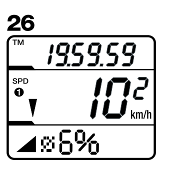
21


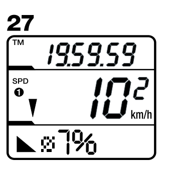
22


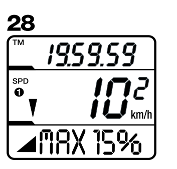
23


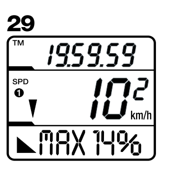
24


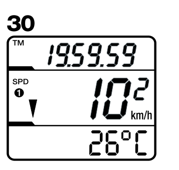
25


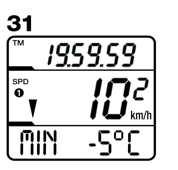
26


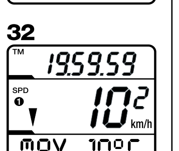
27


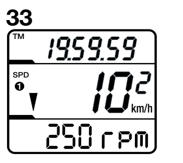
28


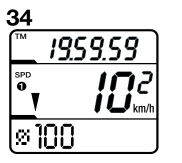
29


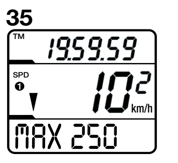
30


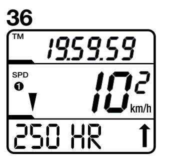
31


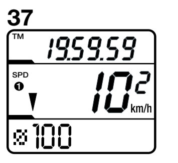
32


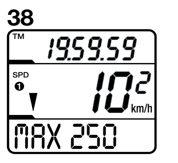
33


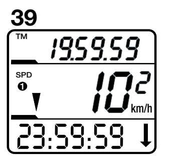
34


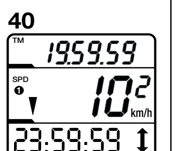
35


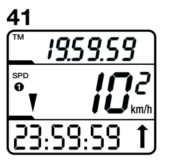
36


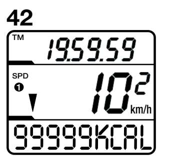
37


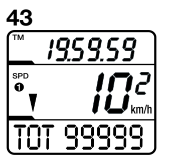
38


39


40


41


42


43


www.ciclosport.com

Clock / Zeit
Instellen van de tijd.
Ingestelde waarde: 24.
Instellen met rechter toets, verder met linker toets.
Hier kan uitgekozen worden, of de tijd in 24-uursaanduiding of in 12-uursaanduiding (AM/PM) aangegeven moet worden.

SET HR / SET HF
Hier kan de optionele hartslagmeting worden ingeschakeld en de overeenkomstige instellingen worden gedaan. Om deze functie te kunnen gebruiken is de optioneel in de speciaalzaak te verkrijgen zenderband met elastische band nodig.

HR OFF/ON / HF EIN/AUS
In-/uitschakelen van de hartslagmeting.
Ingesteld is: OFF/AUS (uit)
In-/uitschakelen met de rechter toets, verder met de linker toets.

Fitness / Fitness
Instellen van het fitnessniveau
Ingesteld niveau: 3
Meetbereik: 1 tot 4
Instellen met de rechter toets, verder met de linker toets.
Hier kan het actuele fitnessniveau worden ingesteld (nodig voor de berekening van de persoonlijke hartslaggrenzen door CicloInzone), daarbij betekent
1 – ongetraind
2 – matig getraind
3 – goed getraind
4 – topvorm

Sex / Geschlecht (geslacht)
Instellen van het geslacht.
Instellen met de rechter toets, verder met de linker toets.
Hier kan het geslacht worden ingesteld (nodig voor de CICLO*Inzone*-berekening
en de calorieën-berekening).
M = male / männlich / mannelijk
F / W = female / weiblich / vrouwelijk

Weight / Gewicht
Instellen van het gewicht
Ingesteld is: 070 kg
Bereik van de waarde: 20 tot 220 kg
Instellen met de rechter en linker toets, verder met de linker toets.
Hier kan het actuele gewicht van de gebruiker worden ingesteld (nodig voor de CICLO*Inzone*-berekening en de calorieënberekening).

Birthdate /Gebjahr (Geboortejaar)
Instellen van het geboortejaar
Ingesteld staat: 1960
Meetbereik: 1920 tot 2006
Instellen met de rechter en linker toets, verder met de linker toets.
Hier kan het geboortejaar van de gebruiker worden ingesteld (nodig voor de CICLO*Inzone*-berekening).

InZone
Hier kan door kort de rechter en linker toets tegelijk in te drukken de CICLO*Inzone*-berekening worden gestart (voor de CICLO*Inzone*zie ook hoofdst. 4).
Om de CICLO*Inzone*-berekening over te slaan, kort de linker toets indrukken.

Opdat de persoonlijke CICLO*Inzone* goed vastgesteld kan worden, moeten van tevoren de persoonlijke waarden, zoals fitnessniveau, geslacht, gewicht en geboortejaar worden ingegeven.
Ter berekening van de CICLO*Inzone* de zenderband aanbrengen, een rustpositie innemen (het beste zittend ontspannen), dan de CICLO*Inzone*-berekening starten (door kort de rechter en linker toets tegelijkertijd in te drukken starten).

De CM 4.4A begint nu met een countdown van 5 minuten. Gedurende deze tijd steeds ontspannen en rustig blijven zitten. De CM 4.4A meet nu de laagste hartslag die binnen deze tijd wordt bereikt (hartslag in rust) en neemt deze voor de verdere berekening. Gedurende de countdown wordt op het bovenste gedeelte van het display een 5 minuten-countdown en in het onderste gedeelte van het display de gemeten hartslag aangegeven. Na afloop van de 5 minuten verschijnt automatisch de laagste waarde van de berekende persoonlijke CICLO*Inzone*.

Lower HR / Untere Herzfrequenz
Hier kan een hartslag-ondergrens worden ingesteld, resp. na de CICLO*Inzone*-berekening wordt hier de individueel berekende hartslag-ondergrens aangegeven. Bij onderschrijding van deze grens geeft de CM 4.4A een optisch alarm (Aanduiding ▼ door een pijl rechts naast de hartslag op het onderste gedeelte van het display).
Instellen met de rechter en linker toets, verder met de linker toets.

Upper HR / Obere Herzfrequenz
Hier kan een hartslag-bovengrens worden ingesteld, resp. na de CICLO*Inzone*-berekening wordt hier de individueel berekende hartslag-bovengrens aangegeven. Bij overschrijding van deze grens geeft de CM 4.4A een optisch alarm (Aanduiding ▲ door een pijl rechts naast de hartslag in het onderste gedeelte van het display).
Instellen met de rechter en linker toets, verder met de linker toets).

Max HR / Max HF
Hier wordt de door de CICLOInZone®-berekening individueel vastgestelde maximale hartslag aangegeven.

SET MISC
Hier kan de stroomspaar-modus (Powerdown) ingeschakeld worden of een Reset (wissen van alle gegevens) worden doorgevoerd.
Kiezen met de middelste toets.

Powerdown / STROMSPAR
Hier kan de stroomspaar-modus ingeschakeld worden (bijv. voor het wisselen van de batterij, om gegevens te behouden).
Daarvoor de rechter en linker toets tegelijkertijd kort indrukken, daardoor schakelt het display uit en de CM 4.4A staat op stroomspaar-modus. Door kort op een willekeurige toets te drukken ‚start' de CM 4.4A weer en de normale gebruiksmodus verschijnt.

Reset / Löschen
Hier kunnen alle waarden (ook de totale waarden) worden gewist. Daarvoor de rechter en linker toets tegelijkertijd kort indrukken, op het display verschijnt kort de aanduiding ‚reset', vervolgens verschijnt de normale gebruiksmodus.

Om alleen de dagwaarden te wissen, in de normale gebruiksmodus de rechter en linker toets 3 sec. lang indrukken.

3. Functies

De CM 4.4A heeft een automatische Start/Stop bij actie.
D.w.z. bij de eerste omdraaiing van het wiel verschijnt de normale gebruiksmodus en na ca. 4 sec. wordt de actuele snelheid aangegeven. 1 minuut na de laatste omdraaiing van het wiel, resp. de laatste druk op een toets schakelt het display over op de slaapmodus. Door op een toets te drukken of bij nieuwe draaiing van het wiel springt het display weer aan.
De CM 4.4A heeft drie modi: fiets 1, fiets 2 en no-bike-modus.
Om van de ene modus naar de andere te wisselen, de rechter en linker toets tegelijkertijd kort indrukken (het omschakelen is alleen mogelijk als de snelheid = 0 is).

Links op het middelste gedeelte van het display geeft een '①', resp. een '②' aan of de CM 4.4A in de fiets 1-modus of in de fiets 2-modus staat. Staat de CM 4.4A in de no-bike-modus, dan wordt op het middelste gedeelte van het display geen getal aangegeven.
In de no-bike-modus geeft de CM 4.4A alleen de fietsonafhankelijke waarden aan (hoogtewaarde, temperatuur, tijd). Deze modus is voor het gebruik zonder fiets gedacht (b.v. met het extra onderdeel "armband").

De (optionele) hartslagaanduiding functioneert ook zonder wielsignaal: zodra de CM 4.4A in de normale gebruiksmodus staat (door druk op een toets of door auto-start), is ook automatisch de hartslagontvanger ingeschakeld (als de hartslagfunctie in de instellingsmodus ingeschakeld is). Zolang een hartslag op het display wordt aangegeven, volgt tevens niet automatisch een omschakeling naar de slaapmodus.

Om de dagwaarde op nul terug te zetten, rechter en linker toets tegelijkertijd 3 seconden lang indrukken. (Staat de functie thuishoogte ingeschakeld, dan wordt bij het wissen tegelijkertijd de actuele hoogte op de thuishoogte teruggezet).

De CM 4.4A. heeft een driedelig display. Op het middelste deel wordt de snelheid aangegeven, daarbij wordt links van de snelheid met een kleine 1 resp. 2 aangegeven of de waarden voor fiets 1 of fiets 2 gelden.
De functies, die op het bovenste gedeelte van het display aangegeven worden, kunnen met de rechter toets doorgeschakeld worden, de functies van het onderste gedeelte van het display met de linker toets.
Door steeds kort op de middelste toets te drukken worden de nevenfuncties van de functie op het onderste gedeelte van het display aangegeven.
Voor alle nevenfuncties geldt: de aanduiding verschijnt gedurende 10 sec., dan verschijnt weer de aanduiding van de betreffende hoofdfunctie.

Functies van het bovenste gedeelte van het display:
(Verklaring van deze functies, zie "functies van het onderste gedeelte van het display").
TM – Rijtijd per dag (afb. 2)
DST – Dagafstand (Afb. 4)
Hoogte (Afb. 3)
HR (♥)
Tijd (Afb. 1)

Functie van het middelste gedeelte van het display:
SPD – Actuele snelheid
Geeft de snelheid in km/h resp. m/h aan.
Meetbereik: 0 tot 199,9 km/h resp. m/h.
Daarbij wordt met de pijl links op het display aangegeven of de actuele snelheid boven (pijl naar boven) of onder (pijl naar beneden) de actuele gemiddelde snelheid ligt.

Functies van het onderste gedeelte van het display:
DST - Dagafstand (Afb. 5)
Geeft de tot dan toe afgelegde afstand in km of mijl aan.
Meetbereik: 0 tot 999,99 km resp. m

***TOT – Totale afstand* (Afb. 6)**
Nevenfunctie van de functie dagafstand
Geeft het totale (sinds het terugzetten, of sinds het wisselen van de batterij) tot dan toe afgelegde aantal km aan.
Meetbereik: 0 tot 99999 km resp. m

∑*TOT – Som totale afstand van fiets 1 en fiets 2* (Afb. 7)
Nevenfunctie van de functie dagafstand
Geeft de som van het totaal (sinds het terugzetten, of sinds het wisselen van de batterij) afgelegde aantal km van fiets 1 en fiets 2 aan.
Meetbereik: 0 tot 199999 km resp. m

Actuele hoogte (Afb. 18)
Geeft de actuele hoogte (boven de zeespiegel) aan. De aanduiding van de hoogte verloopt in 1-m-stappen. Aangezien de hoogte door de luchtdrukmeting bepaald wordt, is deze afhankelijk van het weer.
Meetbereik: -300 tot +6000 m resp. ft

Aanwijzing: De hoogtemeters worden alleen dan opgeteld, als er signalen van het wiel worden ontvangen. In de no-bike-modus worden de hoogtemeters altijd opgeteld.
De CM 4.4A heeft een hysterese van 2 m, d.w.z. vanaf 2 m hoogteverschil worden de waarden opgeteld.

Daghoogtemeter omhoog (Afb. 19)
Nevenfunctie van de functie actuele hoogte.
Geeft de tot dan toe omhoog afgelegde hoogtemeters aan.
Meetbereik: 0 – 20000 m resp. ft

Daghoogtemeter omlaag (Afb. 20)
Nevenfunctie van de functie actuele hoogte.
Geeft de tot dan toe omlaag afgelegde hoogtemeters aan.

MAX – Maximale hoogte (Afb. 21)
Nevenfunctie van de functie actuele hoogte.
Geeft de hoogst bereikte hoogte gedurende een rit aan.
Meetbereik: -300 tot +6000 m resp. ft

TOT – Totaal omhoog afgelegde hoogtemeters (Afb. 22)
Nevenfunctie van de functie actuele hoogte.
Geeft de som van de tot dan toe omhoog afgelegde hoogtemeters aan.
Meetbereik: 0 tot 20000 m resp. ft

TOT – Totaal omlaag afgelegde hoogtemeters (Afb. 23)
Nevenfunctie van de functie actuele hoogte
Geeft de som van de tot dan toe omlaag afgelegde hoogtemeters aan.
Meetbereik: 0 tot 20000 m resp. ft

∑*TOT – Som van de totale hoogtemeters van fiets 1 en fiets 2* (Afb. 24)
(Deze nevenfunctie verschijnt niet in de no-bike-modus).
Nevenfunctie van de functie actuele hoogte.
Geeft de som van alle tot dan toe naar boven afgelegde hoogtemeters aan
Meetbereik: 0 tot 20000 m resp. ft

Actuele stijging/daling (Afb. 25)
Geeft de actuele afgelegde stijging, resp. de actuele afgelegde daling in procent aan.
Daarbij geeft het symbool links onder op het display aan, of het een stijging (◢) of een daling (◣) betreft. Meetbereik: 0 tot 100%

Let op: om technische redenen verschijnt de correcte aanduiding in procent pas ca. 50 – 100 m na begin van de stijging resp. daling. Dit is ook afhankelijk van de snelheid.

Gemiddelde stijging (Afb. 26)
Nevenfunctie van de functie actuele stijging/daling.
Geeft de tot dan toe gemiddelde stijging aan.
Meetbereik: 0 tot 100%

Gemiddelde daling (Afb. 27)
Nevenfunctie van de functie actuele stijging/daling.
Geeft de tot dan toe gemiddelde daling aan.
Meetbereik: 0 tot 100%

Maximale stijging (Afb. 28)
Nevenfunctie van de functie actuele stijging/daling.
Geeft de tot dan toe hoogste stijging aan
Meetbereik: 0 tot 100%

Maximale daling (Afb. 29)
Nevenfunctie van de functie actuele stijging/daling.
Geeft de tot dan toe sterkste daling aan
Meetbereik: 0 tot 100%

Ø – Gemiddelde snelheid (Afb. 8)
Geeft de actuele gemiddelde snelheid in km/h resp. m/h aan.
Meetbereik: 0 tot 199,9 km/h resp. m/h (waarbij de decimalen hoger vermeld staan).

MAX – Maximale snelheid (Afb.9)
Geeft de hoogste tot dan toe bereikte snelheid in km/h resp. m/h aan.
Meetbereik: 0 tot 199,9 km/h resp. m/h (waarbij de decimalen hoger vermeld staan).

Temperatuur (Afb. 30)
Geeft de actuele gemeten temperatuur aan.
Meetbereik: -10 tot +50 °C resp. °F.

Aanwijzing: Indien de CM 4.4A op het lichaam wordt gedragen, kan de gemeten temperatuur afwijkingen hebben.

MIN – Minimale temperatuur (Afb. 31)
Nevenfunctie van de functie temperatuur.
Geeft de laagste tot dan toe gemeten temperatuur aan.
Meetbereik: -10 tot +50 °C resp. °F.

MAX – maximale temperatuur (Afb. 32)
Nevenfunctie van de functie temperatuur
Geeft de hoogste tot dan toe gemeten temperatuur aan.
Meetbereik: -10 tot +50 °C resp. °F.

Tijd (Afb. 10)
Geeft de actuele tijd aan.
Meetbereik: 00:00:00 tot 23:59:59 resp. 12:00:00 tot 11:59:59 AM/PM.

***Datum* (Afb. 11)**
Nevenfunctie van de functie tijd.
Geeft de actuele datum in de vorm DD.MM.JJ (dag, maand, jaar) aan.

TM /- Rijtijd per Dag (Afb. 12)
Geeft de actuele rijtijd aan.
Meetbereik: 0 tot 9:59:59 h.

***TOT – Totale Rijtijd* (Afb. 13)**
Nevenfunctie van de functie Rijtijd per Dag.
Geeft de totale rijtijd (sinds het terugzetten, of sinds het wisselen van de batterij) aan.
Meetbereik: 0 tot 999:59 h.

∑*TOT – Som totale rijtijd van fiets 1 en fiets 2* (Afb. 14)
Nevenfunctie van de functie Rijtijd per Dag.
Geeft de som van de totale rijtijd (sinds het terugzetten, of sinds het wisselen van de batterij) van fiets 1 en fiets 2 aan.
Meetbereik: 0 tot 999:59 h.

De volgende functie verschijnt alleen dan, als deze in de instellingsmodus ingeschakeld werd (voor het meten van de trapfrequentie is het apart verkrijgbare trapfrequentie-setje nodig).

CAD - Trapfrequentie (Afb. 33)
Geeft de actuele trapfrequentie aan (in rpm = omdraaiingen per minuut).
Meetbereik: 0 tot 250 rpm

Ø - *gemiddelde Frequentie* (Afb. 34)
Geeft de gemiddelde trapfrequentie aan (sinds het terugzetten).
Meetbereik: 0 tot 250 rpm

***MAX - maximale Trapfrequentie* (Afb. 35)**
Geeft de hoogste tot dan toe bereikte trapfrequentie aan (sinds het terugzetten).
Meetbereik: 0 tot 250 rpm

De volgende functies (hartslag en calorieën-verbruik) verschijnen alleen dan, als de hartslag in de instellingsmodus ingeschakeld is (voor het meten van de hartslag is de apart verkrijgbare zenderband met elastische gordel nodig).

HR - Hartslag (Afb. 36)
Geeft de actuele hartslag aan (in bpm = beats per minute /Schläge pro Minute / slagen per minuut).
Meetbereik: 0 tot 250 bpm
Bij de aanduiding op het onderste gedeelte van het display wordt rechts naast de hartslag door een pijl aangegeven of de actuele hartslag onder (▼), binnen (▼▲), of boven (▲) de ingestelde hartslag-grenzen ligt.

Ø - Gemiddelde Hartslag (Afb. 37)
Nevenfunctie van de functie Hartslag.
Geeft de gemiddelde hartslag aan (sinds het terugzetten).
Meetbereik: 0 tot 250 bpm

MAX - Maximale hartslag (Afb. 38)
Nevenfunctie van de functie Hartslag
Geeft de hoogste tot dan toe bereikte hartslag aan (sinds het terugzetten).
Meetbereik: 0 tot 250 bpm

Tijd onder de ingestelde hartslag-grens (Afb. 39)
Nevenfunctie van de functie hartslag
Geeft de tijd aan, waarin de hartslag onder de ingestelde hartslag-ondergrens lag (sinds het terugzetten).
Meetbereik: 0 tot 9:59:59 h

Tijd binnen de ingestelde hartslag-grens (Afb. 40)
Nevenfunctie van de functie Hartslag
Geeft de tijd aan, waarin de hartslag binnen de ingestelde hartslaggrens lag (sinds het terugzetten).
Meetbereik: 0 tot 9:59:59 h

Tijd boven de ingestelde hartslag-grens (Afb. 41)
Nevenfunctie van de functie Hartslag
Geeft de tijd aan, waarin de hartslag boven de ingestelde hartslaggrens lag (sinds het terugzetten).
Meetbereik: 0 tot 9:59:59 h

kCal - Calorieën-verbruik (Afb. 42)
Geeft de tot dan toe verbruikte calorieën aan (sinds het terugzetten).
Meetbereik: 0 tot 99999 kCal

TOT - Totale Calorieën-verbruik (Afb. 43)
Nevenfunctie van de functie Calorieën-verbruik
Geeft de totale tot dan toe verbruikte calorieën aan (sinds het terugzetten, resp. wisselen van de batterij).
Meetbereik: 0 tot 99999 kCal

4. CICLO*InZone*®-Filosofie en toepassing

CICLO*Inzone*® is een zeer persoonlijke fitness-service in de vorm van het sturen van de training. Aan de hand van persoonlijke gegevens en de pols in rust wordt met de CICLO*Inzone*® het optimale trainingsbereik berekend.
Met hardlopen, nordic walking, fietsen, indoor-cycling en met wat voor sport dan ook, CICLO*Inzone*® stuurt de individuele cardiotraining.
Conditie verbeteren? – Kilo's kwijt raken? – Gezondheidsgeoriënteerd trainen? Iedereen heeft een ander doel met zijn training. Hoe moet men echter trainen om zo efficiënt mogelijk zijn doel te bereiken? Hoe vindt men de goede intensiteit bij de training? CICLO*Inzone*® is HET optimale trainingsbereik voor kracht, uithoudingsvermogen en vetafbouw.

Wat kan de CICLO*InZone*®?
Hij berekent het optimale trainingsbereik voor kracht, uithoudingsvermogen en vetafbouw.
Deze is individueel en vormt een aanbeveling voor de training, die steeds tussen 70 en 85% van de maximale hartslag aangestreefd wordt.
(+/- 5% afwijking, rekening houdend met de actuele hartslag in rust en het fitnessniveau.)
Met de CICLO*Inzone*® wordt het thema vetverbranding weer in het juiste licht gesteld en wordt getoond dat minder niet altijd meer is.

5. Wisselen van de batterij

CM 4.4A: Schroefsluiting op de achterzijde van de computer m.b.v. een munt naar links open draaien. Oude batterij verwijderen en de nieuwe 3V-lithium-batterij type CR 2032 met de pluspool naar boven inzetten. Schroefsluiting weer dichtdraaien.

(Snelheids-)zender: batterijafdekking aan de bovenzijde van de zender m.b.v. een munt naar links draaien, oude batterij verwijderen en de nieuwe 12 Volt batterij, type 23A met de pluspool naar boven inzetten. Batterijafdekking weer dicht draaien. Batterijafdekking niet doordraaien!
A.u.b. de oude batterij niet in het gewone afval gooien, maar naar de batterijbak brengen.

6. Storingen verhelpen

Verkeerde of geen aanduiding op het display
- Controleren of de batterij goed geplaatst is, resp. batterij vervangen

Actuele snelheid wordt niet aangegeven
- Sensor op correcte montage controleren
- Controleren, of de spaakmagneet goed aan de spaak gemonteerd is (direct tegenover de zender met max. 3 mm afstand)
- Controleren of de CM 4.4A goed in de stuurhouder verankerd zit
- Ingestelde wielomtrek controleren

Snelheid te hoog, resp. te laag
- Ingestelde wielomtrek controleren
  Meeteenheid controleren

Hoogte laat verkeerde waarden zien
- Thuishoogte (zie basisinstellingen) controleren, eventueel verkeerde waarde ingegeven
- Luchtdruk is veranderd, b.v. door weersomslag (actuele hoogte bijstellen)

Hartslag wordt niet aangegeven, resp. de aangegeven hartslag is verkeerd, resp. wisselend
- Controleren, of de hartslagfunctie in het instellingsmodus ingeschakeld is
- Zenderband (batterij) controleren
- De huid is te droog / te koud
- De afstand tussen CM 4.4A en de zenderband is te groot

Trapfrequentie wordt niet aangegeven, resp. de aangegeven trapfrequentie is verkeerd, resp. wisselend
- Controleren, of de trapfrequentiefunctie in het instellingsmodus ingeschakeld is
- Montage van de trapfrequentie controleren
- Afstand tussen trapfrequentiesensor en trapfrequentiemagneet is te groot (max. 3 mm)

7. Garantie

Wij geven op de CM 4.4A een garantie van 24 maanden. De garantie beperkt zich tot materiaal- en montagefouten. De batterij valt niet onder de garantie.
De garantie geldt alleen dan, als de computer met accessoires volgens voorschrift en zorgvuldig is behandeld.
Bij aanspraak op garantie wendt u zich a.u.b. tot uw handelaar of uw lokale distributeur of stuurt u de computer met de kassabon (datum) en alle accessoires, voldoende gefrankeerd, aan:

CicloSport Service
K. W. Hochschorner GmbH
Einsteinstr. 39a
D-82152 Martinsried

ciclo-service@ciclosport.de
www.ciclosport.com

Leest u voor het inzenden van het apparaat nog eens zorgvuldig de gebruiksaanwijzing door en controleert u de batterij. Bij recht op garantie wordt het gerepareerde apparaat of een vervangend apparaat kosteloos toegestuurd.
Reparatie: Wordt het apparaat ter reparatie ingezonden of kan geen aanspraak op garantie gedaan worden, wordt een reparatie tot Euro 19,-- automatisch doorgevoerd.
Terugzending van het gerepareerde apparaat geschiedt onder rembours.

Verwijdering van Oud Elektro & Elektronisch Toepasselijk Materiaal (in de Europese Unie en andere Europese landen met afzonderlijke inzamelingssystemen).
Dit symbool op het product of bij de zijn verpakking wijst erop dat dit product niet als huishoudenafval zal behandeld worden. In plaats daarvan zal het aan het toepasselijke inzamelingspunt worden overhandigd voor het recycling van elektro en elektronisch materiaal. Door te verzekeren wordt dit product correct weggedaan, zult u helpen potentiële negatieve gevolgen voor het milieu en de volksgezondheid verhinderen, dat anders konden worden veroorzaakt door ongepaste afval van dit product te behandelen. Het recycling van materialen zal helpen om natuurlijke rijkdommen te behouden. Voor meer gedetailleerde informatie over recycling van dit product, gelieve uw lokaal stadsbureau, uw de verwijderingsdienst van het huishoudenafval of winkel te contacteren waar u het product kocht.

Garantiebewijs:

Afzender:

Naam ____________________

Voornaam ____________________

Straat, nr. ____________________

Postcode/ Plaats ____________________

Telefoon (overdag) ____________________

Fax ____________________

E-mail ____________________

Reden van inzending:

____

____

____

____

Na afloop van de garantie zullen reparaties tot

Euro ____________ doorgevoerd worden.